

VOL 7 - ISSUE 72 JULY 2015

MASALA

TV FOOD MAG

RECIPES IN ENGLISH & URDU



Regd. No. 5C-1333
Rs. 150

عید مبارک

WWW.PAKSOCIETY.COM

عید کے موقع پر منفرد نظر آنے کے لئے رہنما تحریر

عید الفطر میں دنیا بھر میں کھانے کی روایات سے متعلق دلچسپ مضمون

تجائیں عید ثرالی مصالحہ کے شیفس کے ساتھ



WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM

ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN



PAKSOCIETY1



PAKSOCIETY

MASALA

TV FOOD MAG



Content



61

> Masala Mornings

مصالحہ مارنگلز

11

> Editorial

اداریہ

65

> Chaska Pakanay Ka

چسکا پکانے کا

12

> Eid Special

عید الفطر خوشی دنیا بھر کی

69

> Tarka

ترکا

16

> Eid Recipes

عید کے پکوان

74

> Food Diaries

فوڈ ڈائریز

44

> City News

شہر کی خبریں

77

> Chef At Home

شیف ایٹ ہوم

53

> Handi

ہانڈی

81

> Lively Weekends

لائیو ویکی اینڈز

57

> Dawat

دوات

PAKSOCIETY.COM



EDITORIAL

محترم قارئین
السلام و علیکم!

عید الفطر کی آمد آمد ہے۔ عید الفطر نام ہے خوشیوں کے مجموعے کا ان خوشیوں کے اظہار کا بہترین طریقہ صدقہ و خیرات ہے جسے صدقہ فطر کہا جاتا ہے۔ عید کے موقع پر اس صدقہ کی ادائیگی کا مقصد دلوں میں قربت بڑھانا اور لوگوں میں اجتماعیت پیدا کرنا ہے۔ عید کا تہوار اسلامی معاشرے میں انسانی حقوق کی تجدید کراتا ہے تاکہ ہر گھر عید کی خوشی میں شامل ہو سکے اور یہ نعمت ہر خاندان کو عام ہو۔

معاشی طور پر مستحکم خاندان عید کے تہوار کی خوشیوں کو بھرپور طریقے سے مناتے ہیں۔ ایسے گھرانوں میں شاپنگ کے سلسلے رمضان کی آمد کے ساتھ شروع ہو جاتے ہیں۔ گھر کے ہر فرد کے لئے کئی کئی جوڑے کپڑے میچنگ جوتے پرس اور زیورات کی خریداری معمول کی بات ہے۔ عید کی تیاریوں میں مشغول یہ خاندان دل کھول کر خرچ کرتے ہیں تاہم فی زمانہ عید کی آمد متوسط اور نچلے طبقے کے لئے پریشانی کا باعث بن کر رہ گئی ہے۔ اپنے بچوں کے لئے عید کی خوشیاں خریدنا ان طبقوں کے والدین کے لئے مشکل ترین امر ہو چلا ہے۔ عید کے حوالے سے جاری کئے جانے والے ٹی وی اور اخبارات کے اشتہارات ہم جماعتوں کی شاپنگ اور بازاروں کی رونق لوگوں کو اپنی جانب کھینچتی ہے لیکن معاشی عدم استحکام اور اس کی وجہ سے پیدا ہونے والے مسائل ان کی راہیں روکتے ہیں۔

ایسے میں اگر صاحب استطاعت گھرانے اپنے قرب و جوار میں رہنے والوں پر دسیوں اور رشتہ داروں کی ضروریات کا خیال رکھیں تو انہیں بھی عید کی سچی خوشیاں میسر آ سکتی ہیں۔ اگر اپنے بجٹ میں تھوڑی سی کمی کر کے معاشی مسائل میں مبتلا کسی ایسے گھرانے کی مدد کر دی جائے جن کے لئے یہ خوشیاں خریدنا ممکن نہیں تو یقیناً آپ کی عید کی خوشیاں دو چند ہو جائیں گی۔

عید اور اس کی خوشیاں آپ سب کو مبارک ہوں۔



شہناز رمزی

اساتذہ و استاذات عالیہ - شہناز رمزی - شازبہ انوار

عزیزانِ سنت - نسر خان - اسٹنٹ ایڈیٹر - معاذ احمد

اساتذہ عالیہ - سیدہ نائل احمد - ڈیزائنرز - یوسف رضوی - عکاسی - حارث عثمانی - احسن قریشی - ایڈیٹر ناظم - منور حسین بھٹی - 03333222353 - نمبر - munawar.h@masala.tv

ایڈیٹر - رہبر نیوز اینجنیسی - 0333 216 8390 - پرنٹر - یونی پرنٹ

پبلشر - ورگ ایڈیٹر - 10/11/11 - مسٹر محمد عرفان - ایڈیٹر - 74000 پاکستان - ایڈیٹر - 111-486-111 (کراچی) - نمبر - 92-21-32628640

www.masala.tv/masalamaq/ - شہناز رمزی کے لئے - shanaz.ramzi@hum.tv - ایڈیٹر - 92-21-32628640

MASALA 11 EDITORIAL

عید الفطر، خوشی دنیا بھر کی

عید الفطر کی روایت سے جڑا ہوا ہر علاقے کا اپنی کوئی نہ کوئی خاص پکوان بھی ضرور ہوتا ہے شازیہ انوار

زیادہ تر گھروں میں دوپہر کے کھانے کے لئے چاول پکتے ہیں جس میں گوشت کے علاوہ دالیں بھی شامل کی جاتی ہیں۔ اس کے علاوہ وہاں روایتی ”گوشت کا حلوہ“ بھی پکایا جاتا ہے۔ سعودی عرب میں عید کے موقع پر روایتی پکوان ”ہر لیس“ بنایا جاتا ہے۔ گندم اور گوشت سے تیار کردہ یہ پکوان حلیم سے ملتا جلتا ہے۔ اس کے علاوہ عید والے دن خاص طور پر پھینے کے گوشت کی بریانی ”الکلبہ“ بہت ذوق و شوق سے کھائی جاتی ہے۔ سعودی عرب میں روایتی مٹھائیوں سے بھی مہمانوں کی تواضع کی جاتی ہے۔ عرب ممالک میں خواتین مہمانوں کے لئے قبوہ ضرور ہوتی ہیں لہذا اس تہوار پر بھی اس مشروب کا بطور خاص اہتمام ہوتا ہے۔

برونائی کی خواتین عید کے دن ایک روایتی مٹھائی ”ملاوہ“ تیار کرتی ہیں۔ اس کے علاوہ وہاں ہر دوسرے گھر میں تہہ در تہہ میوؤں، گجوروں اور موسمی پھلوں کی باریک پھاٹکوں کی مدد سے بنایا گیا خاص قسم کا ایک ضرور کھایا جاتا ہے۔

برما کے مسلمان تین کے بجائے صرف ایک ہی دن عید مناتے ہیں۔ وہاں کی مسلم خواتین عید کے لئے خاص طور پر سویاں پکاتی ہیں جس کو میوؤں اور دودھ کے ہمراہ پیش کیا جاتا ہے۔ صومالیہ میں خاتون خانہ عید کی مناسبت سے مزے دار تلے ہوئے بسکٹس تیار کرتی ہیں۔ صومالی عید الفطر پر اسے بڑے شوق سے کھاتے ہیں۔ دوپہر میں چاول، سبز یوں اور گوشت کا ایک روایتی کھانا پکایا جاتا ہے جسے انجیرا نامی پتلی روٹی سے کھایا جاتا ہے۔ اس کے علاوہ مہمانوں کے لئے دالیں بھی پکائی جاتی ہیں۔ مہمان عید پر طلوع اور کسٹرڈ بھی شوق سے تناول کرتے ہیں۔ بھارت اور چلی میں مسلمان عورتیں عید کے دن دوسرے پکوانوں کے ساتھ مہمانوں کی خاطر مدارات کے لئے سویاں ضرور پکاتی ہیں۔

ملائیشیا میں عید پر وہاں کی قدیم روایات کی آئینہ دار مٹھائی ”کوئی موئی“ پیش کی جاتی ہے۔ اس کے علاوہ ناریل کے پتوں پر چاول پکائے جاتے ہیں۔ ملائیشیا، عید کے موقع پر ”اوپن ہاؤس“ کے نام سے ایک رسم نبھاتے ہیں جس کے تحت ہر اس شخص کی خوب آؤ بھگت کی جاتی ہے جو عید کے موقع پر ان کے دروازے پر آ جاتا ہے۔

عید الفطر کی خوشیاں بیٹھے کے بغیر ادھوری کبھی جاتی ہیں یہاں تک کہ اس عید کو مٹھی عید بھی کہا جاتا ہے۔ اس موقع پر گھر آنے والوں کی تواضع کے لئے سویاں، شیر خورمہ، مٹھائیوں، کسٹرڈ، لب شیریں اور کیک سمیت دیگر اشیاء کا اہتمام کیا جاتا ہے۔

عید الفطر کی روایت سے جڑا ہوا ہر علاقے کا اپنی کوئی نہ کوئی خاص پکوان بھی ضرور ہوتا ہے جیسے ہمارے شہری علاقوں میں مہمانوں کو کئی قسم کی سویاں، شیر خورمہ، کسٹرڈ، مٹھائیاں، شامی کباب، کچوریاں، بیخ کباب اور دیگر چیزیں پیش کی جاتی ہیں۔ اسی طرح سے پوری دنیا میں عید کی خوشیاں وہ بالا کرنے کے لئے مختلف طرح کے مخصوص پکوان تیار کئے جاتے ہیں جیسے کہ انڈونیشیا میں روایتی طور پر مونگ پھلی سے تیار کردہ بیٹھا بہت مرغوب ہے۔ اسے آپ اپنے ہاں کا فروٹی حلوہ سمجھ سکتے ہیں۔

کشمیری خواتین عید کا رنگ وہ بالا کرنے کے لئے دودھ میں پے ہوئے چاول اور چینی ڈال کر فرنی بناتی ہیں۔ اس کے علاوہ سویاں اور حلوے بھی اس دن کی خاص ڈش سمجھے جاتے ہیں جنہیں کشمیری عورتیں اپنے گھر والوں اور مہمانوں کو بڑے شوق سے کھلاتی ہیں۔

عراق میں گجور کا حلوہ بہت زیادہ پسند کیا جاتا ہے وہاں زیادہ تر گھرانوں میں نماز عید سے قبل ناشتے میں کریم اور شہد سے روٹی تناول کی جاتی ہے۔ دوپہر کے کھانے کے لئے بھیڑ کے گوشت کے پکوان بنائے جاتے ہیں۔ عراقی بیٹھے کے طور پر گھروں میں ہی چھوٹے چھوٹے کیک تیار کرتے ہیں۔

عید الفطر کے دن مصر میں مہمانوں کی مدارت خشک دودھ، میوہ جات اور گندم کے آٹے سے بنی روایتی مٹھائیوں ”کنافہ“ اور ”قطائف“ سے کی جاتی ہے۔ مصری خواتین ناریل سے ایک خاص قسم کے بسکٹس خاک (khak) بناتی ہیں جس کے اوپر چینی چھڑکی جاتی ہے۔ مصری جب کسی سے عید ملنے کے لئے جاتے ہیں تو بطور خاص یہ بسکٹس لے کر جاتے ہیں۔

عید کے موقع پر بنگلادیش کے دسترخوان تلی ہوئی پھلی کے سالن، چاول اور مٹھائیوں سے سجائے جاتے ہیں۔ بحرین میں عید کا تہوار کئی دنوں تک منایا جاتا ہے۔ اس موقع پر نہ صرف گھروں میں ایک دوسرے کا منہ بیٹھا کرایا جاتا ہے بلکہ عسایوں میں بھی مٹھائی بانٹی جاتی ہے۔ وہاں

MASALA 12 SPECIAL

عید پر نظر آئیں، تروتازہ اور حسین

تھوڑا سا وقت نکالیں اور گھر میں موجود اشیاء سے ہی اپنے حسن میں نکھار اور اضافہ کریں

آ رہی ہے عید اور دل چاہتا ہے کہ اس موقع پر سب سے منفرد خوبصورت اور تروتازہ نظر آئیں۔ اس خواہش کی تکمیل زیادہ مشکل نہیں ہے، بس تھوڑا سا وقت نکالیں اور گھر میں موجود اشیاء سے ہی اپنے حسن میں نکھار اور اضافہ کریں۔

چہرے کو نکھارنے کے لئے جو اور گیہوں کا آنا دودھ میں ملا لیں۔ اسے چہرے پر آئین کی طرح ملیں پھر ایک گھنٹے کے بعد منہ دھولیں۔ نہانے کے پانی میں لیموں کا رس اور نمک ملا کر غسل کرنے سے بھی جلد کا رنگ نکھرنا شروع ہو جاتا ہے۔

اگر گردن کا رنگ نسبتاً سیاہ ہے تو دودھ میں تھوڑا سا لیموں کا رس ملا لیں اسے روئی کی مدد سے گردن پر لگائیں۔ خشک ہو جائے تو ٹھنڈے پانی سے دھولیں۔ چند روز کے استعمال سے تہہ ملی محسوس ہونے لگے گی۔

اگر چہرے پر کھردرا پن آ رہا ہو تو گلیسرین میں تھوڑا سا لیموں کا رس ملا کر رکھ دیں۔ ہر روز صبح منہ دھونے کے بعد بلکہ ہاتھوں سے پورے چہرے کی مالش کریں۔ اس سے جلد نرم اور رنگ صاف ہوتا ہے۔

چہرے پر چمک لانے کے لئے 2 کھانے کے چمچے دودھ ایک کھانے کا چمچ چینی اور ایک کھانے کا چمچ نمک ملا کر رات سوتے وقت چہرے پر خوب اچھی طرح مالش کریں۔ صبح اٹھ کر ٹھنڈے پانی سے چہرے کو اچھی طرح سے دھولیں۔

اگر چہرے پر دانوں کے نشان ہوں تو زیتون کے تیل میں کریم ملا کر چہرے پر ان جگہوں پر لگائیں جہاں دانوں کے نشانات رہ گئے ہوں۔ تھوڑے ہی دنوں میں چہرہ صاف و شفاف ہو جائے گا۔

اگر چہرے پر جھانیاں ہوں تو ایک چائے کا چمچ لیموں کے رس میں ایک چائے کا چمچ شہد ملا کر چہرے پر لگائیں اور 20 منٹ کے بعد چہرہ دھولیں۔ ہفتے میں 2 مرتبہ اس ماسک کے استعمال سے جھانیاں دور ہو جائیں گی۔

اگر اڑیاں پھٹ رہی ہوں تو ایک لیموں کا چمچ لگائیں اس میں ایک چائے کا چمچ گلیسرین اور ایک چائے کا چمچ عرق گلاب ملا لیں۔ رات میں سونے سے پہلے پھٹی ہوئی اڑیوں پر لگائیں پھر دھولیں، چند دنوں میں پھٹی اڑیاں ٹھیک ہو جائیں گی۔

رؤکھے بالوں میں چمک پیدا کرنے کے لئے سردھونے کے بعد پانی میں ایک لیموں کا رس ملا کر اس سے سردھولیں۔

ناخنوں کو چمک دار بنانے کے لئے لیموں کے چھلکے سے جس میں نمی موجود ہو ناخن کی مالش کریں۔ اس سے ناخن صاف اور چمکدار ہو جاتے ہیں۔

آنکھوں کے حلقے دور کرنے کے لئے حلقوں پر آلو گڑیں یا ان کا رس لگائیں۔ روزانہ صبح ایک ماہ تک ایک عدد سیب کھائیں اور تھوڑی دیر کے بعد ایک گلاس دودھ پی لیں۔ ■

MASALA 14 BEAUTYGUIDE

PAKSOCIETY.COM

عید الفطر

عید الفطر نام ہے خوشیوں اور مسرتوں کا۔ جس میں اپنے پیاروں سے ملنے اور ان کی خاطر تواضع کرنے کا الگ مزہ ہے۔ عید کے موقع پر خاص پکوانوں سے سجایا جاتا ہے ہر ایک کی خواہش ہوتی ہے کہ اس کی عید ٹرائی دوسروں سے منفرد اور مزیدار ہو۔ آج ہم اپنے قارئین کی خدمت میں عید کے موقع پر تیار کی جانے والی کچھ روایتی اور کچھ نئے پکوان کی تراکیب پیش کر رہے ہیں امید ہے کہ یہ کاوش آپ کی عید ٹرائی کی شان بن جائے گی۔



Handi

ریشمی بریانی

Reshmi Biryani

Ingredients:

Chicken pieces	12
Rice (boiled)	2 ½ cups
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Yogurt (whipped)	1 cup
Green chillies (chopped)	8
Black pepper (crushed)	1 tsp
Lemon juice	2 tbsp
Fresh cream	600 grams
Onions (finely cut)	3
Mint (chopped)	1 bunch
Milk (fresh)	1 cup
Orange food colour	1 pinch
Salt	to taste
Butter	1 tbsp
Oil	1 cup

Method:

- Cook chicken with ginger/garlic, mint, green chillies, yogurt and salt in a pot till dry.
- Add pepper and lemon juice; remove from flame.
- Heat oil in a wok; fry onions; remove.
- Pour the hot oil on chicken; add cream after a few minutes.
- Layer ½ rice in the pot; spread a layer of chicken on it; arrange ½ onions on it; spread remaining rice on top.
- Dissolve food colour in milk; pour on rice; sprinkle remaining onions on top; keep on dum.

12 کلوے	مرغی کا گوشت
2½ پیالی	چاول (اُبلے ہوئے)
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا لہسن اور مک
ایک پیالی	دہی (پھینٹی ہوئی)
8 عدد	ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
2 کھانے کے چمچے	لیموں کا رس
600 گرام	تازہ کریم
3 عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
ایک گڈی	پودینہ (چوپ کیا ہوا)
ایک پیالی	تازہ دودھ
ایک چٹلی	زرورے کا رنگ
حسب ذائقہ	نمک
ایک کھانے کا چمچ	کھن
ایک پیالی	تیل

ترکیب:

دیکھی میں مرغی، لہسن اور مک پودینہ، ہری مرچیں، دہی اور نمک ملا کر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ اس میں کالی مرچ اور لیموں کا رس ملا کر چولہا بند کر دیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کریں اس میں پیاز تل کر نکال لیں۔ گرم تیل مرغی کے اوپر ڈال دیں، تھوڑی دیر کے بعد کریم ملا لیں۔ دیکھی میں ½ چاول بچھائیں اس پر مرغی کی تہ لگائیں اس پر ½ پیاز ڈال کر باقی چاول ڈال دیں۔ دودھ میں زرورے کا رنگ ملا کر اس پر ڈالیں اور باقی پیاز ڈال کر دم پر رکھیں۔



Handi

قہم کے کباب

اجزاء:

ایک کلو	گائے کی بوٹیاں
ایک پیالی	دہی
	ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی) 4 عدد
4 کھانے کے چمچے	لیموں کا رس
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا کچا پیٹا
ایک کھانے کا چمچ	پسی ہوئی خشکاش
ایک کھانے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ
1/2 کھانے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
2 کھانے کے چمچے	پسا ہوا لہسن اور رک
حسب ذائقہ	نمک
ایک کھانے کا چمچ	سجی
1/2 پیالی	تیل
سجانے کے لئے	پودینہ پیاز (لہجے)

ترکیب:

بوٹیوں کو کسی بھاری چیز کی مدد سے اچھی طرح سے کھل لیں۔ ان پر دہی، ہری مرچیں، لیموں کا رس، پیٹا، خشکاش، لال مرچ، کالی مرچ، لہسن اور رک اور نمک لگا کر 3 گھنٹوں کے لئے رکھ دیں۔ دہی میں تیل اور بوٹیاں ڈال کر ہلکی آنچ پر گوشت کا پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ ایک بڑے تسلے میں بوٹیوں کو پھیلائیں اس پر سجی پھیلائیں اسے کولے کا دھواں دیں۔ مزیدار کباب پودینے اور پیاز سے سجا کر پیش کریں۔

Dum Kebabs

Ingredients:

Beef pieces	1 kg
Yogurt	1 cup
Green chillies (finely cut)	4
Lemon juice	4 tbsp
Raw papaya paste	1 tbsp
Poppy seeds (ground)	1 tbsp
Red chilli powder	1 tbsp
Black pepper (crushed)	1/2 tbsp
Ginger/garlic paste	2 tbsp
Salt	to taste
Clarified butter	1 tbsp
Oil	1/2 cup
Mint, Onions (rings)	for garnishing

Method:

- Pound beef thoroughly with a mallet.
- Marinate beef with yogurt, green chillies, lemon juice, papaya, poppy seeds, red chillies, pepper, ginger/garlic and salt; set aside for 3 hours.
- Cook beef in oil in a pot on low flame till dry.
- Spread beef in a large tray; spread clarified butter on it; smoke with hot coal.
- Garnish kebabs with mint and onion rings; serve.

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریج
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں
- ✦ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریج
- ✦ ایڈفری لنکس، لنکس کو میسجے کمانے کے لئے شرنک نہیں کیا جاتا

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on
Facebook

fb.com/paksociety



twitter.com/paksociety



دعاوات

Bombay Cake

Sponge Ingredients:

Refined flour (sieved)	2 cups
Whole dried milk	250 grams
Icing sugar	2 cups
Condensed milk	1 cup
Milk (fresh)	1 cup
Baking powder	1 tbsp
Baking soda	1 tbsp
Screwpine	few drops
Butter (unsalted)	2 cups + for brushing

Topping Ingredients:

Sugar	1/2 cup
Water	1/2 cup
Cashew nuts	1/2 cup
Almonds	1/2 cup
Pistachios	1/2 cup
Screwpine	few drops

Method:

- Beat sugar and butter in a bowl with an electric beater.
- Add whole dried milk, condensed milk, baking powder, baking soda and screwpine; beat for few more minutes.
- Add flour and milk; stir with a spoon.
- Brush butter on cake mould and pour batter in it; bake it in a pre-heated oven at 180° C for 35 minutes; remove.
- Allow to cool; remove from mould.
- Mix sugar and water in a saucepan; cook till slightly thick and sticky; add cashews, almonds, pistachios and screwpine; spread on top of cake.

بمبئی کیک

اسٹیفج کے اجزاء:

ٹا پنگ کے اجزاء:

1/2 پیالی	چینی
1/2 پیالی	پانی
1/2 پیالی	کاجو
1/2 پیالی	بادام
1/2 پیالی	پستے
چند قطرے	کیوڑہ

2 پیالی	میدہ (چھنا ہوا)
250 گرام	کھویا
2 پیالی	باریک پس ہوئی چینی
ایک پیالی	کنڈینسڈ ملک
ایک پیالی	تازہ دودھ
ایک کھانے کا چمچ	بیکنگ پاؤڈر
ایک کھانے کا چمچ	بیکنگ سوڈا
چند قطرے	کیوڑہ
2 پیالی + چکنا کرنے کے لئے	کھن (بغیر نمک)

ترکیب:

پالے میں چینی اور کھن کو الیکٹرک بیٹر کی مدد سے یکجان کر لیں۔ اس میں کھویا، کنڈینسڈ ملک، بیکنگ پاؤڈر، بیکنگ سوڈا اور کیوڑہ ڈال کر چند منٹ تک مزید ملائیں پھر میدہ اور دودھ ڈالیں اور چمچے کی مدد سے ملا لیں۔ کیک کے سانچے کو کھن سے چکنا کریں اور آمیزے کو اس میں ڈال کر پہلے سے گرم اوون میں 180°C پر 35 منٹ تک پکا کر نکال لیں۔ ٹھنڈا ہو جائے تو اسٹیفج کو سانچے سے نکال لیں۔ ساس پین میں چینی اور پانی ڈال کر ایک تار بننے تک پکائیں اس میں کاجو، بادام، پستے اور کیوڑہ ملا کر کیک کے اوپر پھیلا دیں۔



دعوت دعوت

Vermicelli

Ingredients:

Vermicelli (crumbled)	300 grams
Cinnamon	3 sticks
Cloves	5
Green cardamoms	5
Screwpine	few drops
Raisins	1 cup
Sugar	1/2 kg
Water	1 1/2 cups
Clarified butter	1 cup
Fresh cream, Almonds (finely cut)	for garnishing

Method:

- Heat clarified butter in a pot; fry cinnamon, cloves and cardamoms till they pop.
- Add vermicelli; fry till aroma arises.
- Add water and raisins; fry while stirring with a spoon till water dries and clarified butter separates.
- Cook sugar, screwpine and little water in a saucepan till slightly thick and sticky; add to vermicelli; dish out.
- Garnish with cream and almonds; serve.

چاشنی سویاں

اجزاء:

300 گرام	سویاں (چوزہ کی ہوئی)
3 ڈنڈیاں	دارچینی
5 عدد	لوتکیں
5 عدد	چھوٹی الائچیاں
چند قطرے	کیوڑہ
ایک پیالی	کشمش
1/2 کلو	چینی
1 1/2 پیالی	پانی
ایک پیالی	سجی
تازہ کریم بادام (باریک کئے ہوئے)۔ سجانے کے لئے	

ترکیب:

دہلی میں کھی گرم کر کے دارچینی، لوتکیں اور الائچیاں کڑکڑالیں۔ اس میں سویاں ڈال کر خوشبو آنے تک بھونیں۔ اس میں پانی اور کشمش ڈال کر چھچھلاتے ہوئے پانی خشک ہونے اور کھی علیحدہ ہونے تک بھونیں۔ ساس پین میں چینی، کیوڑہ اور تھوڑا سا پانی ڈال کر ایک تارکا شیرہ بنالیں۔ اسے سویوں میں ملا کر ڈش میں نکال لیں۔ مزیدار سویاں کریم اور بادام سے سجا کر پیش کریں۔



Vermicelli Kheer

Ingredients:

Milk (fresh)	1 litre
Tapioca (soaked)	2 tbsp
Vermicelli (crumbled)	½ cup
Sugar	½ cup
Milk powder	½ cup
Screwpine	1 tsp
Desiccated coconut	2 tbsp
Almonds, Pistachios (finely cut)	for garnishing

Method:

- Bring milk to boil.
- Add milk powder, sugar and tapioca; cook for 10 minutes.
- Add vermicelli; cook till thick; add coconut and screwpine; remove in a bowl.
- Garnish with almonds and pistachios; serve.

سو یوں کی کھیر

اجزاء:

تازہ دودھ	ایک لیٹر
ساگودانہ (بیگا ہوا)	2 کھانے کے چمچے
سویاں (چورہ کی ہوئی)	½ پیالی
چینی	½ پیالی
شوکھا ہوا دودھ	½ پیالی
کیوڑہ	ایک چائے کا چمچ
پسا ہوا ناریل	2 کھانے کے چمچے
بادام پستے (باریک کٹے ہوئے)	سجانے کے لئے

ترکیب:

دودھ کو ابال لیں۔ اس میں شوکھا ہوا دودھ، چینی اور ساگودانہ ملا کر 10 منٹ پکائیں۔ اس میں سویاں ڈالیں اور گاڑھا ہونے تک پکائیں پھر ناریل اور کیوڑہ ملا کر پیالے میں نکال لیں۔ مزیدار کھیر بادام اور پستے سے سجا کر پیش کریں۔



Red Velvet Inside Cheese Cake

Ingredients:

Eggs	6
Castor sugar	1 cup
Strawberry essence	1 tsp
Red food colour (dissolved in water)	1 tbsp
Refined flour (sieved)	1 cup
Brown biscuits (crumbled)	2 cups
Keenu juice	½ cup
Butter (melted)	250 grams
Salt	1 pinch
Oil	¼ cup

Filling Ingredients:

Cream cheese, Cottage cheese	300 grams each
Strawberry jelly crystals	300 grams
Castor sugar	½ cup
Strawberry essence	½ tsp
Gelatin (dissolved in water)	1 tbsp
Lemon juice	1 tbsp
Cream	for garnishing

Method:

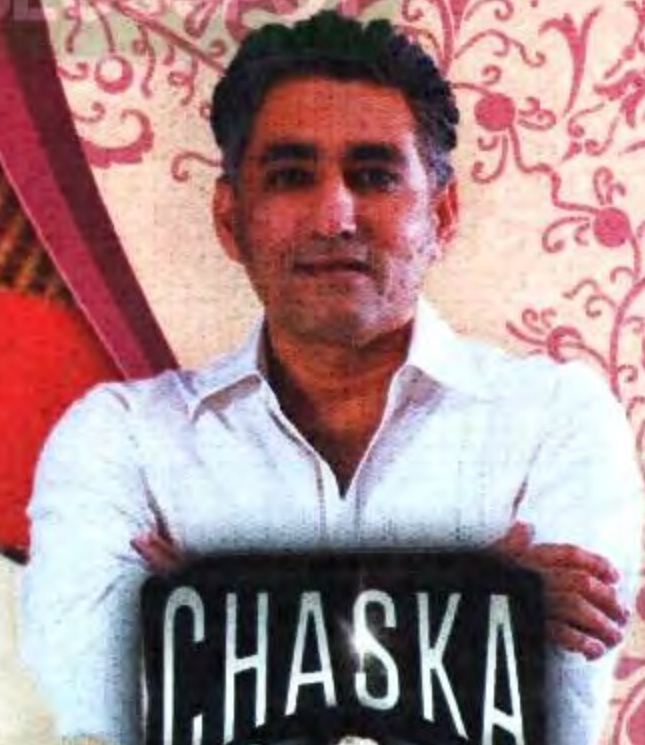
- Beats eggs with an electric beater till they double in volume; gradually add sugar.
- Add food colour, essence and oil; add flour and mix with a spoon.
- Pour batter in a square mould; bake in a pre-heated oven at 180°C for 25 minutes; remove from oven.
- Allow to cool; cut sponge into pieces; crumble any leftover sponge; add biscuits, keenu juice, butter and salt in it; set in a spring-foam pan.
- Beat cottage cheese and castor sugar in cream cheese with an electric beater; add essence, gelatin and lemon juice.
- Pour ½ cream in the pan; arrange sponge pieces in the centre; pour remaining cream on top; refrigerate.
- Dissolve jelly crystals in a cup of boiling hot water; allow to cool; spread on top of cake; refrigerate.
- Garnish with cream; serve.

ریڈ ویلویت ان سائڈ چیز کیک

ایک چمکی	نمک	6 عدد	انڈے
¼ پیالی	تیل	ایک پیالی	کاسٹر شینی
بھرنے کے اجزاء:		ایک چائے کا چمچ	اسٹرابیری ایسنس
کریم پیئر پیئر		کھانے کا لال رنگ	
		(ٹھلا ہوا)	
300*300 گرام	اسٹرابیری جیلی کرٹلز	ایک کھانے کا چمچ	میدہ (چھنا ہوا)
½ پیالی	کاسٹر شینی	ایک پیالی	براؤن سٹکس
½ چائے کا چمچ	اسٹرابیری ایسنس	(چوڑے کئے ہوئے) 2 پیالی	
ایک کھانے کا چمچ	جیلیٹین (گھلی ہوئی)	½ پیالی	کیو کا جوس
ایک کھانے کا چمچ	لیموں کا رس	کھن (پگھلا ہوا) 250 گرام	
سجانے کے لئے	کریم		

ترکیب:

الیکٹرک بیٹر سے انڈوں کو دوگنا ہونے تک پھینٹیں پھر تھوڑی تھوڑی کر کے چینی ملائیں۔ اس میں کھانے کا رنگ، ایسنس اور تیل ملائیں پھر میدہ چمچے سے ملا لیں۔ اسے چوکور سانچے میں ڈال کر پہلے سے گرم اوون میں 180°C پر 25 منٹ تک پکائیں۔ ٹھنڈا ہو جائے تو سانچے سے اسٹیج کے ٹکڑے کاٹ لیں، نیچے ہوئے آمیزے کو چوڑے کر لیں اس میں سٹکس، کیو کا جوس کھن اور نمک ملا کر اسپرنگ فوم پیئر میں سیٹ کریں۔ کریم پیئر میں پیئر اور کیو سٹکس کو الیکٹرک بیٹر کی مدد سے یکجان کریں پھر ایسنس، جیلیٹین اور لیموں کا رس ملا لیں۔ ½ کریم پیئر میں ڈالیں اسٹیج کے ٹکڑے درمیان میں لگائیں اور کریم کا باقی آمیزہ ڈال کر فرج میں رکھ دیں۔ جیلی کو ایک پیالی اٹھتے ہوئے پانی میں گھول لیں۔ ٹھنڈا ہونے پر ٹیک پر پھیلا کر دوبارہ فرج میں رکھ دیں۔ مزید ایک کریم سے سجا کر پیش کریں۔



CHASKA
PAKANAY KA

Cheese Jacket Potatoes

Ingredients:

Beef mince	300 grams
Potatoes (large, boiled)	8
Sour cream	1/2 cup
Cheddar cheese (grated)	1 cup
Tomato salsa	1/2 cup
Tomato puree	1/2 cup
Onion (finely cut)	1/2 cup
Garlic (chopped)	2 cloves
Oregano	1/2 tsp
Basil leaves (chopped)	1/4 tsp
Red chillies (crushed)	1/2 tsp
Hot spices powder	1 tsp
Salt	1 tsp
Corn	1/2 cup
Oil	4 tbsp

Method:

- Heat oil in a pot; fry garlic and onion; add mince, hot spices, red chillies, oregano and salt; fry.
- Add tomato puree, basil and corn; cook till dry.
- Cut potatoes from the centre lengthwise; scoop out the centre.
- Fill with mince, sour cream and tomato salsa.
- Sprinkle cheese on each potato; wrap in aluminium foil; bake in a pre-heated oven at 180°C for 15 minutes; remove.

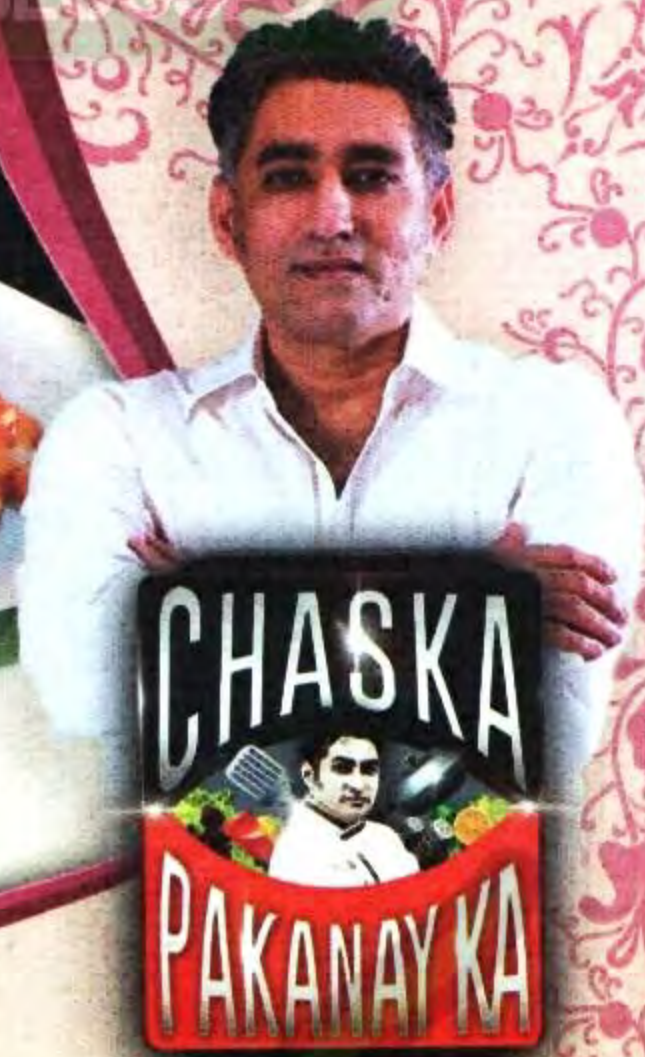
پنیری جیکٹ آلو

اجزاء:

300 گرام	اور یگانو	گائے کا قیرہ
8 عدد	تلسی کے پتے (چوپ کیے ہوئے)	بڑے آلو (اُبلے ہوئے)
1/2 پیالی	سٹی ہوئی لال مرچ	سار کریم
1/2 پیالی	پسا ہوا گرم مصالحہ	چیڈر پنیر (کدو کش)
1/2 پیالی	نمک	ٹماٹر کا سالہ
1/2 پیالی	بھننے	ٹماٹو پیوری
1/2 پیالی	تیل	بیاز (باریک کٹی ہوئی)
2 جوے	4 کھانے کے چمچے	لہسن (چوپ کیے ہوئے)

ترکیب:

دہلی میں تیل گرم کر کے بیاز اور لہسن تلیں پھر قیرہ گرم مصالحہ لال مرچ اور یگانو اور نمک ملا کر بنوئیں۔ اس میں ٹماٹو پیوری تلسی اور بھنٹے ملا کر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ آلوؤں کو لمبائی میں ڈھکن کی طرح کاٹ کر درمیان سے آلو نکال لیں پھر قیرہ سار کریم اور ٹماٹر کا سالہ ڈال دیں۔ آلوؤں کے اوپر پنیر ڈالیں ہر آلو کو المونیم فوائل میں لپیٹیں اور پہلے سے گرم اوون میں 180°C پر 15 منٹ تک پکا کر نکال لیں۔



Sesame Seed And Ginger Chicken

Chicken Ingredients:

Chicken pieces	1/2 kg
Fish sauce, White vinegar	1 tbsp each
Black pepper (crushed), Salt	1/4 tsp each
Sesame oil	1/2 tsp
Sesame seeds, Spring onions	for garnishing
Oil	for frying

Batter Ingredients:

Refined flour	1/2 cup
Cornflour	3 tbsp
Egg	1
Baking powder	1 tbsp
Salt	1/4 tsp

Sauce Ingredients:

Chicken stock	1/4 cup
Ginger (chopped)	1 tbsp
White vinegar	1 tbsp
Tomato ketchup, Sugar	2 tbsp each
Jam	3 tbsp
Black pepper (crushed)	1 tsp
Salt	to taste

Method:

- Mix chicken ingredients in a bowl; set aside. In a separate bowl, mix batter ingredients with water.
- Coat chicken pieces one by one with the batter.
- Heat oil in a wok; fry chicken golden; remove.
- Cook sauce ingredients in the wok till thick; add chicken; remove in a dish.
- Garnish with spring onions and sesame seeds; serve.

تیل اور ادورک والی مرغی

ایک چائے کا چمچ	بیکنگ پاؤڈر	مرغی کے اجزاء:	مرغی کی بوٹیاں
1/4 چائے کا چمچ	نمک	1/2 کلو	فٹ ساس سفید سرکہ
		ساس کے اجزاء:	ٹٹی ہوئی کالی مرچ نمک 1/4 1/4 چائے کا چمچ
1/4 پیالی	مرغی کی پختی	1/2 چائے کا چمچ	تیل کا تیل
ادورک (چوپ کی ہوئی) ایک کھانے کا چمچ	سفید سرکہ	سجانے کے لئے	تیل ہری پیاز
ایک کھانے کا چمچ	ٹماٹو کچھپ چینی	تلنے کے لیے	تیل
2 کھانے کے چمچے	جام		آمیڑے کے اجزاء:
3 کھانے کے چمچے	ٹٹی ہوئی کالی مرچ	1/2 پیالی	میدہ
ایک چائے کا چمچ	نمک	3 کھانے کے چمچے	کارن فلور
حسب ذائقہ		ایک عدد	انڈہ

ترکیب:

ایک پیالے میں مرغی کے اجزاء ملا کر رکھ دیں۔ علیحدہ پیالے میں آمیزے کے اجزاء پانی کی مدد سے گھول لیں۔ مرغی کے ٹکڑے ایک ایک کر کے میدے کے آمیزے میں لپیٹیں۔ کڑائی میں تیل گرم کریں اور مرغی کے ٹکڑے سنہری تل کر نکال لیں۔ کڑائی میں ساس کے اجزاء گاڑھا ہونے تک پکائیں پھر مرغی ملا کر ڈش میں نکال لیں۔ مزید مرغی تل اور ہری پیاز سے سجادیں۔



Tarkka

Rabri Trifle

Ingredients:

Milk (fresh)	1 litre
Mixed fruits	1 cup
Rabri	250 grams
Sugar	1 cup
Green jelly (set)	1 cup
Red jelly (set)	1 cup
Almonds (finely cut)	50 grams
Cake rusks	100 grams
Vanilla custard powder (made into paste with water)	1 tsp
Vanilla essence	1 tsp
Butter	1 tbsp

Method:

- Mix milk and sugar in a pot; cook for a few minutes.
- Add custard paste while stirring continuously.
- When milk thickens add essence and butter.
- Allow to cool; add fruits.
- Spread cake rusks in a bowl; layer with custard, rabri, both jellies and almonds; refrigerate.
- Serve chilled.

ربڑی ٹرائفل

اجزاء:

ایک لیٹر	تازہ دودھ
ایک پیالی	سے ٹپلے پھل
250 گرام	ربڑی
ایک پیالی	چینی
ایک پیالی	ہری جیلی (جمی ہوئی)
ایک پیالی	لال جیلی (جمی ہوئی)
50 گرام	بادام (باریک کئے ہوئے)
100 گرام	ایک رسک
ایک چائے کا چمچ	وینلا کسٹرو پاؤڈر (پانی میں گھلا ہوا)
ایک چائے کا چمچ	وینلا ایسنس
ایک کھانے کا چمچ	بکھن

ترکیب:

دہلی میں دودھ اور چینی ملا کر چند منٹ تک پکانیں۔ اس میں چمچ چلاتے ہوئے کسٹرو شامل کریں۔ دودھ گاڑھا ہو جائے تو ایسنس اور بکھن ملا دیں۔ ٹھنڈا ہو جائے تو پھل شامل کریں۔ پیالے میں ایک رسک پھیلائیں اس پر کسٹرو، ربڑی، ہری اور لال جیلی اور بادام ڈال کر فریج میں رکھ دیں۔ خوب ٹھنڈا ہونے پر پیش کریں۔



Tarkka

Reshmi Tikka Kebabs

Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	1 kg
Yogurt	1 cup
Raw papaya paste	1 tbsp
Red chillies (crushed)	2 tsp
Green chillies (blended)	2 tbsp
Black pepper powder	1 tbsp
Hot spices powder	1 tsp
Ginger/garlic paste	2 tsp
White vinegar	2 tbsp
Salt	½ tsp
Oil	½ cup

Method:

- Marinate chicken with all ingredients; set aside for 1 hour.
- Pierce chicken pieces onto wooden skewers.
- Heat oil in a frying pan; fry skewers from all sides. Kebabs could also be smoked with hot coal if desired.

ریشمی تیکے کباب

اجزاء:

مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی)	ایک کلو
دہی	ایک پیالی
پسا ہوا کچا پیپٹا	ایک کھانے کا چمچ
کٹی ہوئی لال مرچ	2 چائے کے چمچے
ہری مرچیں (پسی ہوئی)	2 کھانے کے چمچے
پسی ہوئی کالی مرچ	ایک کھانے کا چمچ
پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچ
پسا ہوا آہن اورک	2 چائے کے چمچے
سفید سرکہ	2 کھانے کے چمچے
نمک	½ چائے کا چمچ
تیل	½ پیالی

ترکیب:

مرغی کی بوٹیوں پر تمام اجزاء لگا کر ایک گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ مرغی کی بوٹیوں کو لکڑی کی سٹوں پر لگالیں۔ فرائننگ پین میں تیل گرم کریں اس پر اسٹیکس رکھیں اور آلٹ پلٹ کرتے ہوئے پکائیں۔ چاہیں تو کونے کا دھواں دے دیں۔



Food Diaries

Chocolate Peanut Butter Mousse

Ingredients:

Cream	1/3 cup
Cream cheese	112 grams
Peanut butter (creamy)	2/3 cup
Milk (fresh)	2 tbsp
Icing sugar	1/2 cup
Vanilla essence	1/2 tsp

Ganache Ingredients:

Cream	3 tbsp
Chocolate (crushed)	56 grams

Method:

- Mix together cheese, peanut butter and milk with an electric beater.
- Add sugar and essence; beat for a few minutes; add cream; refrigerate.
- To make ganache, heat cream in a saucepan; remove from flame; add chocolate and set aside for 5 minutes; allow to cool; fill ganache in a piping bag.
- Squeeze out cream cheese batter into bowls through another piping bag.
- Garnish with ganache; serve chilled.

چاکلیٹ، مونگ پھلی اور مکھن والا موز

اجزاء:

1/3 پیالی	کریم
112 گرام	کریم پنیر
2/3 پیالی	مونگ پھلی والا کریمی مکھن
2 کھانے کے چمچے	تازہ دودھ
1/2 پیالی	پارک پیسی ہوئی چینی
1/2 چائے کا چمچ	وینلا ایسنس

گناش کے اجزاء:

3 کھانے کے چمچے	کریم
56 گرام	چاکلیٹ (کٹی ہوئی)

ترکیب:

کریم پنیر میں مونگ پھلی والا مکھن اور دودھ ملا کر ایکٹرک بیٹر کی مدد سے پھینٹیں۔ اس میں چینی اور ایسنس ڈال کر مزید چند منٹ پھینٹیں اور کریم ملا کر فرج میں رکھ دیں۔ گناش بنانے کے لئے ساس پن میں کریم گرم کر کے چولہا بند کر دیں اس میں چاکلیٹ ملا کر 5 منٹ کے لئے چھوڑ دیں، ٹھنڈا ہو جائے تو پائپنگ بیگ میں بھر لیں۔ کریم پنیر کے آمیزے کو علیحدہ پائپنگ بیگ میں بھر کر پیالیوں میں ڈالیں، انہیں گناش سے سجائیں اور خوب ٹھنڈا کر کے پیش کریں۔



Food Diaries

Chicken Stir Fry

Ingredients:

Chicken strips	1/2 kg
Onion (cubed)	1
Tomato (cubed)	1
Capsicum (cubed)	1
Onion (finely cut)	1
Garlic	12 cloves
Green chillies	5
Soya sauce	1 1/2 tbsp
White vinegar	1 tsp
Salt	1 tsp
Oil	2 tbsp
Noodles (boiled)	to serve

Method:

- Grind garlic, onion and green chillies; coat chicken with it.
- Mix all ingredients except vegetables, noodles and oil with chicken; marinate for 1 hour.
- Heat oil in a wok; fry chicken on high flame; add tomato, capsicum and onion; cook for a few minutes.
- Arrange noodles in a dish; place chicken on top; serve.

چکن اسٹیر فرائی

اجزاء:

1/2 کلو	مرغی کی پٹیاں
ایک عدد	پیاز (چوکور کٹی ہوئی)
ایک عدد	ٹماٹر (چوکور کٹی ہوئی)
ایک عدد	شملہ مرچ (چوکور کٹی ہوئی)
ایک عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
12 جوے	لہسن
5 عدد	ہری مرچیں
1 1/2 کھانے کے چمچے	سویا ساس
ایک چائے کا چمچ	سفید سرکہ
ایک چائے کا چمچ	نمک
2 کھانے کے چمچے	تیل
پیش کرنے کے لئے	نوڈلز (اُبلے ہوئے)

ترکیب:

لہسن پیاز اور ہری مرچوں کو پیس لیں۔ یہ آمیزہ مرغی کی پٹیوں پر لگائیں اس پر علاوہ سبزیاں نوڈلز اور تیل باقی تمام اجزاء ملا کر ایک گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کر کے مرغی تیز آئینچ پر بھونیں۔ اس میں ٹماٹر، شملہ مرچ اور پیاز ملا کر چند منٹ تک پھانسیں ڈش میں نوڈلز بچھائیں اس پر مرغی ڈال کر پیش کریں۔



LIVELY WEEKENDS

Szechuan Chicken

Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	200 grams
Onion (cubed)	1
Tomato (cubed)	1
Capsicum (cubed)	1
Tomato ketchup	5 tbsp
Chilli sauce	1 tbsp
Lemon juice	2 tbsp
Sugar	2 tbsp
Egg	1
Cornflour	1 tbsp
Chicken stock	½ cup
Ginger/Garlic paste	2 tbsp
Salt	1 tbsp
Chilli oil	1 tbsp
Oil frying	2 tbsp + for

Method:

- Marinate chicken with egg, ½ ginger/garlic, cornflour and salt; set aside in a bowl for 1 hour.
- Heat oil in a wok; fry chicken golden; remove.
- Heat 2 tbsp oil in a wok; fry remaining ginger/garlic golden; add chicken and all remaining ingredients; dish out.

سچوان مرغی

اجزاء:

ایک عدد	انڈہ	مرغی کی یونیاں
ایک کھانے کا چمچ	کارن فلور	(بغیر ہڈی) 200 گرام
½ پیالی	مرغی کی تختی	بیاز (چوکور کٹی ہوئی) ایک عدد
2 کھانے کے چمچے	پسا ہوا لہسن اور ک	ٹماٹر (چوکور کٹا ہوا) ایک عدد
ایک کھانے کا چمچ	تمک	شملہ مرچ
ایک کھانے کا چمچ	مرچوں کا تیل	(چوکور کٹی ہوئی) ایک عدد
2 کھانے کے چمچے	تیل	ٹماٹر کچپ
+ تلنے کے لئے		پلی ساس
		لیسوں کا رس
		چینی

ترکیب:

ایک پیالے میں مرغی کی یونیاں، انڈہ، لہسن اور ک، کارن فلور اور تمک ملا کر ایک گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کریں اور مرغی کی یونیاں سنہری تل کر نکال لیں۔ کڑا ہی میں 2 کھانے کے چمچے تیل گرم کر کے باقی لہسن اور ک سنہری کریں اس میں مرغی سمیت باقی تمام اجزاء ملا کر ڈش میں نکال لیں۔



LIVELY WEEKENDS

Rainbow Sandwiches

Ingredients:

- | | |
|---------------------------------------|----------------|
| Chicken breasts (boiled and shredded) | 2 |
| Bread | 12 slices |
| Mayonnaise | 2 cups |
| Tomato ketchup | 1/2 cup |
| Garlic paste | 2 tsp |
| Black pepper (crushed) | 1/2 tsp |
| Barbecue sauce | 2 tbsp |
| Chilli sauce | 1 tbsp |
| Green and yellow food colour | 1 pinch each |
| Salt | 1/2 tsp |
| Lettuce leaves, tomato | for decoration |

Method:

- Mix garlic, pepper, green food colour and salt in 1 cup mayonnaise.
- Mix yellow food colour in remaining mayonnaise.
- Mix barbecue sauce and chilli sauce with ketchup.
- Remove crusts from bread.
- Spread a layer of ketchup mix and some chicken on one slice; place another slice on top of it and spread a layer of some chicken and green mayonnaise on it; add another slice on top and spread a layer of chicken and yellow mayonnaise on it; cover with another slice.
- Repeat process to make 2 more rainbow sandwiches from remaining bread; cut stacks into triangles; dish out.
- Decorate the dish with lettuce and tomato; serve.

رینبو سینڈویچز

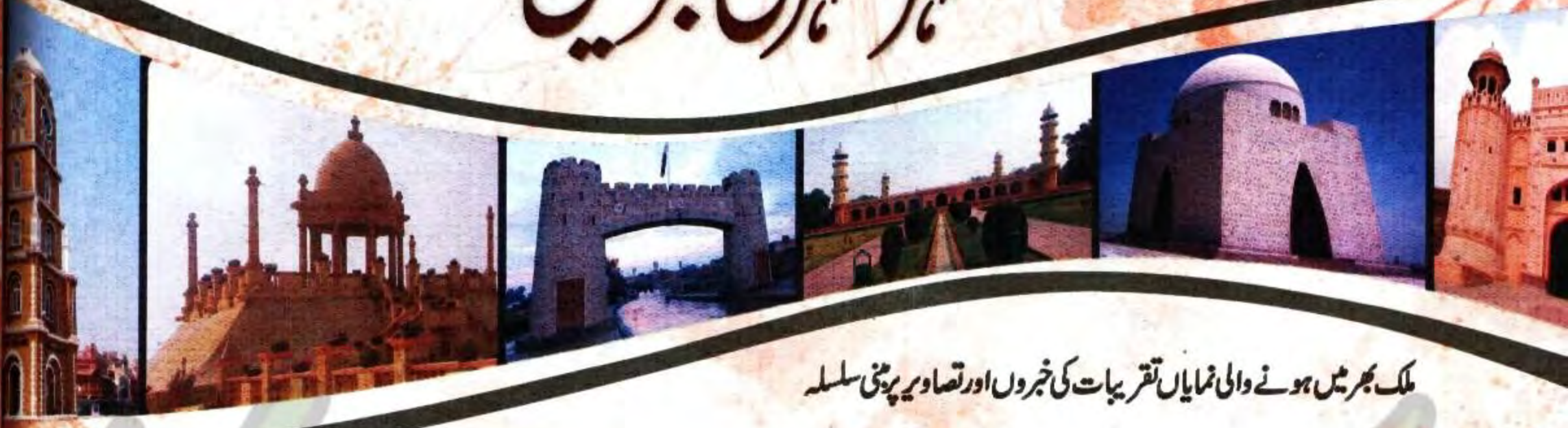
اجزاء:

- | | |
|-------------------------------------|------------------|
| مرغی کے سینے (اُبال کر ریشہ کر لیں) | 2 عدد |
| ڈبل روٹی | 12 سلاؤس |
| مایونیز | 2 پیالی |
| ٹماٹو کچپ | 1/2 پیالی |
| پسا ہوا لہسن | 2 چائے کے چمچے |
| گٹی ہوئی کالی مرچ | 1/2 چائے کا چمچ |
| باربی کیوساس | 2 کھانے کے چمچے |
| چلی ساس | ایک کھانے کا چمچ |
| کھانے کا ہرا اور پیلا رنگ | ایک ایک چمکی |
| نمک | 1/2 چائے کا چمچ |
| سلاڈپے ٹماٹر | سجانے کے لئے |

ترکیب:

ایک پیالی مایونیز میں لہسن، کالی مرچ، کھانے کا ہرا رنگ اور نمک ملا لیں۔ دوسری پیالی مایونیز میں کھانے کا پیلا رنگ ملا لیں۔ ٹماٹو کچپ میں باربی کیوساس اور چلی ساس ملا لیں۔ سلاؤس کے کنارے کاٹ دیں۔ ایک سلاؤس پر ٹماٹو کچپ اور مرغی کی تہ لگائیں اس پر دوسرا سلاؤس رکھ کر ہرے مایونیز اور مرغی کی تہ تیسرے سلاؤس پر پیلے مایونیز اور مرغی کی تہ لگا کر ایک سلاؤس اس پر رکھ دیں۔ اس عمل کو دہراتے ہوئے باقی سلاؤس کے رینبو سینڈویچز بنائیں اور ٹکونے کاٹ کر ڈش میں رکھیں۔ ڈش کو سلاڈپے اور ٹماٹر سے سجادیں۔

شہر شہر کی خبریں



ملک بھر میں ہونے والی نمایاں تقریبات کی خبروں اور تصاویر پر مبنی سلسلہ

وائی بی کیو نے اپنا ری کلکیشن پیش کیا

کیو بی آرٹ گیلری میں ملک کے مشہور و معروف ڈیزائنرز اور فنکار یوسف بشیر قریشی نے اپنے حالیہ اور گزشتہ فن پاروں پر مشتمل ری کلکیشن پیش کیا۔ اس موقع پر فنکاروں اور عہدہ دارین شہر کی بڑی تعداد شریک ہوئی۔ شرکاء نے وائی بی کیو کے پیش کردہ انتخاب کو بے حد سراہا۔ تقریب میں شریک ہونے والوں کی تواضع پرنسٹن فوڈز سے کی گئی۔



ان پلگڈ کی جانب سے نوری کے ساتھ شام

ان پلگڈ کی جانب سے اوریری کیفے میں ”دی اسپرنگ ایڈیشن“ کے تحت نوری کے ساتھ ایک شام منائی گئی۔ اس موقع پر نوری ناہلی عاتقہ عمر ماریہ خان، بینش پرویز، ژالے سرحدی، زرین امام، ٹیو جوری، ٹیپو شریف، نادیہ حسین، سویرا ندیم، لیشیتا، کول رضوی اور حسن رضوی سمیت بڑی تعداد میں لوگوں نے شرکت کی۔ اس موقع پر نوری نے اپنے پہلے انفرادی ویڈیو ”ایک تھا بادشاہ“ کو لانچ کیا۔ دوران تقریب شرکاء کو فوڈز پیش کئے جاتے رہے۔





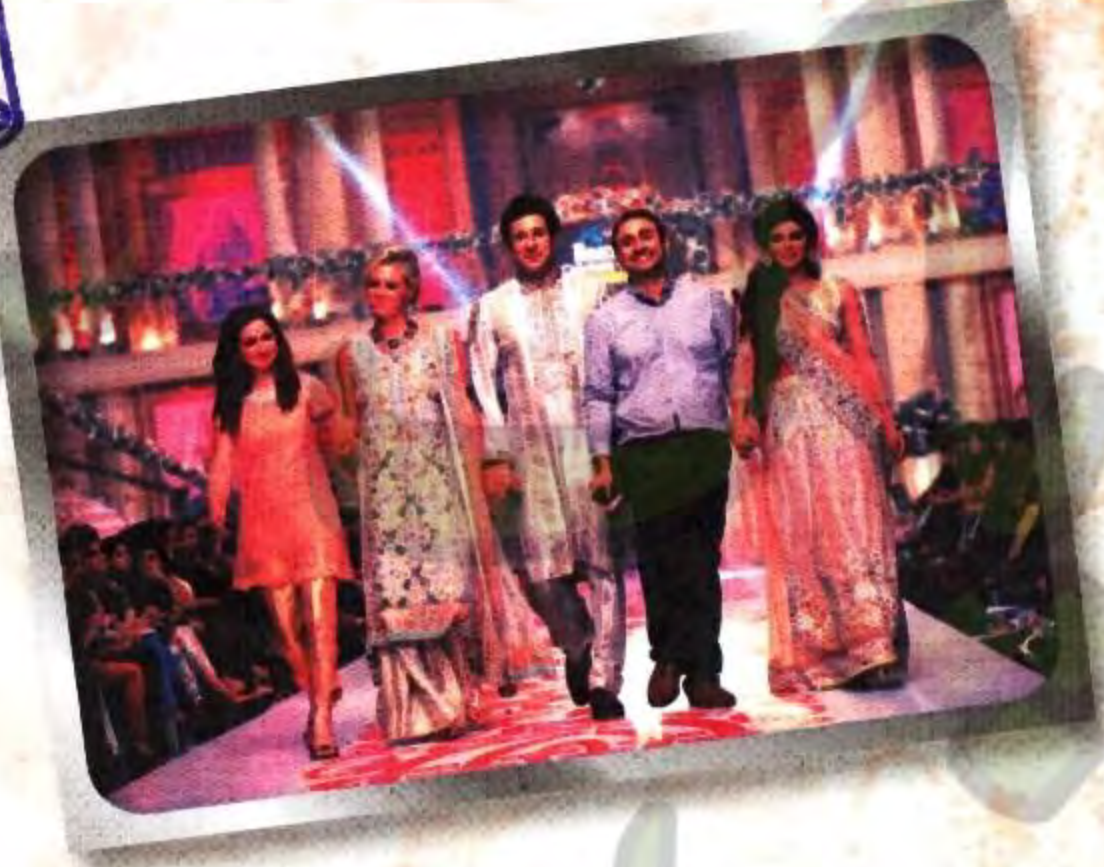
ایسٹھک لائف کی جانب سے نئی ٹیکنالوجی متعارف کرا دی گئی

گزشتہ دنوں کراچی میں ایسٹھک لائف کی جانب سے "کول اسکپنگ" کے نام سے جسم کی اضافی چربی کو ختم کرنے کا ایک جدید طریقہ متعارف کرایا گیا۔ اس حوالے سے منعقدہ تعارفی تقریب میں عملی مظاہرے کے ذریعے حاضرین کو کول اسکپنگ کے فوائد سے آگاہ کیا گیا۔ تقریب کے شرکاء کے لئے پرنٹ کلف چائے کا اہتمام تھا۔

نجدی لائبریری ایڈ اولڈ بک سینٹر
حصہ ہزارمتری پور ہزارہہ جلد ساز
www.ayyazbooks.com

ٹیلی ناربرائٹڈل کیٹیورویک

سہ روزہ ٹیلی ناربرائٹڈل کیٹیورویک 2015ء پام مارکی کراچی میں منعقد کیا گیا۔ اس موقع پر ملک کے ماہر ناز ڈیزائنرز نے اپنے پرنٹیشن انتخاب پیش کر کے حاضرین کی داد وصول کی۔ تین روز تک جاری اس فیشن شو میں عروسی ملبوسات کا وسیع انتخاب پیش کیا گیا۔ تقریب کے اختتامی روز فلم "بن روئے" کا میوزک لانچ کیا گیا جس میں فلم کے نمایاں ستاروں نے شرکت کر کے تقریب کو چار چاند لگا دیئے۔ فیشن شو کے شرکاء کو ریڈ کارپٹ ایریا میں مشروبات اور دیگر لوازمات پیش کئے گئے۔



لس کی جانب سے گفتگو کا اہتمام

لس المناکی کراچی چیپٹر کی جانب سے مقامی ہوٹل میں پاکستان میں "لیومنٹس کی ترقی" کے عنوان سے ایک ہینڈل گفتگو کا اہتمام کیا جس میں ڈاکٹر عمر سیف عثمان منیر ماہرین رحمن انعام الرحمن سمیت دیگر نے حصہ لیا۔ گفتگو کا مقصد حاضرین کو پاکستانی کی ترقی میں لیومنٹس کے کردار سے آگاہ کرنا تھا۔ شرکاء کی تواضع پرنٹ کلف چائے سے کی گئی۔





ادرک کے فوائد بے شمار

ادرک جسم میں گرمی پیدا کرتا ہے خوراک کو ہضم کرنے میں مددگار ہوتا ہے

سختی میں مفید قرار دیا ہے۔ ایک تحقیق اسے یرقان کے لئے مفید قرار دے رہی ہے۔ اس مقصد کے لئے ادرک کے رس میں ہم وزن لیموں پودینے کا رس اور شہد ملا کر دن میں 3 مرتبہ استعمال کریں۔ اس نسخے سے بدہضمی، جی متلانا، بد مزاجی، چڑچڑاپن اور تھکن دور ہوتی ہے۔

ادرک میں غذا کے مضر اثرات کو ختم کرنے کی صلاحیت ہوتی ہے۔ نفل غذاؤں مثلاً اڑو کی دال یا گو بھی میں اسے ملائیں تو یہ غذائیں نہ صرف با آسانی ہضم ہو جاتی ہیں بلکہ ان کا بادی پن بھی دور ہو جاتا ہے۔ ادرک کے چھوٹے ٹکڑوں پر نمک چھڑک کر کھانے سے بھوک کھل کر لگتی ہے۔

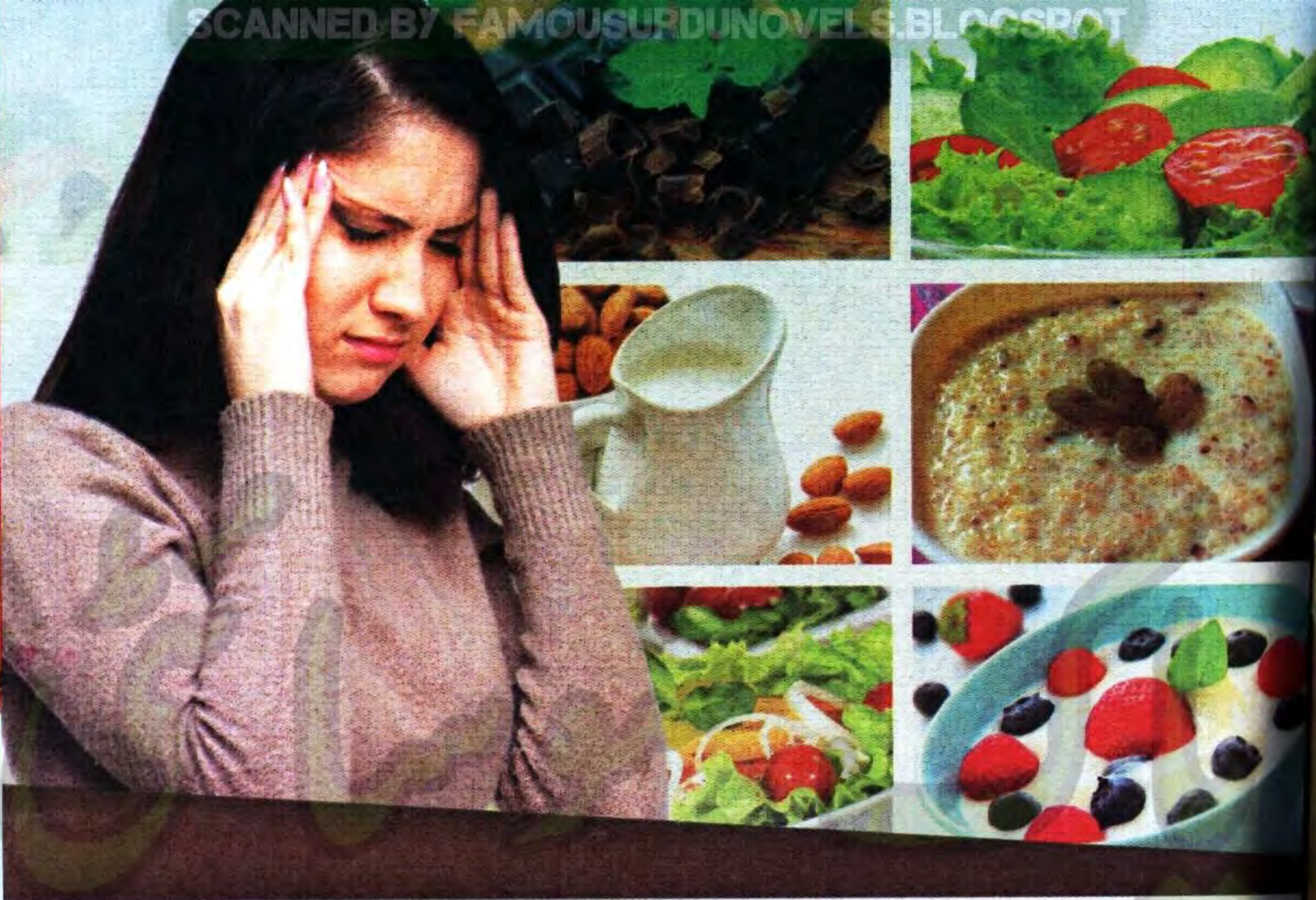
ادرک کو شریانوں میں خون جمنے یا گاڑھا ہونے سے روکنے والی بہترین قدرتی دوا سمجھا جاتا ہے۔ اطباء قدیم سے دور حاضر کے ہر بل ڈاکٹر تک خون کی شریانوں میں ٹکڑوں کو جمنے سے روکنے کے لئے ادرک کا سہارا لیتے ہیں یہی وجہ ہے کہ دل کے امراض میں بھی ادرک موثر ہوتی ہے۔ اس کے استعمال کا طریقہ یہ ہے کہ تھوڑی سی پسی ہوئی ادرک کو دونوں وقت کھانے کے درمیان دو بار استعمال کیا جائے۔

پھیپھڑوں میں جانے والی ہوا کی نالیوں تنگی دمہ، کالی کھانسی اور تپ دق میں بھی ادرک کا استعمال موثر ہوتا ہے۔ اس کے لئے 2 پیالی پانی میں 2 کھانے کے چمچے پسی ہوئی ادرک اٹلنے کے لئے رکھ دیں پھر ہر 2 گھنٹوں بعد گرم کر کے استعمال کریں۔

ادرک کو اردو میں ادرک، ہندی میں سوتھ اور انگریزی میں جنجر کہتے ہیں۔ اس کا تذکرہ قرآن شریف میں بھی آیا ہے جہاں اسے زکھیل کہہ کر پکارا گیا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے جنت میں پائی جانے والی نعمتوں کے حوالے سے ارشاد فرمایا ہے کہ ”وہاں انہیں (مسلمانوں کو) ایسا مشروب پلایا جائے گا جس میں ادرک بھی ملا ہوا ہوگا۔“ یونانی اطباء نے اپنی کتاب میں کئی جگہ اس کا ذکر کیا ہے۔ مثلاً حکیم جالینوس نے اسے فالج میں مفید بتایا ہے۔ کئی حکماء کا خیال ہے کہ چین کی مشہور بوٹی ”جن سنگ“ دراصل ادرک ہی کی ایک قسم ہے۔

ادرک کو زمانہ قدیم سے خوراک کو لذیذ بنانے اور علاج کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ ادرک جسم میں گرمی پیدا کرتا ہے خوراک کو ہضم کرنے میں مددگار ہوتا ہے۔ نفل اور بادی اشیاء سے پیدا ہونے والی تغیر کو دور کرنے کے علاوہ نزلہ، زکام، دمہ، بلغمی کھانسی اور فالج میں مفید ہے۔ اگر بھوک کم یا دیر سے لگتی اور کھانا ہضم نہ ہوتا ہو تو ادرک سے بہتر کوئی چیز نہیں۔ ادرک کے استعمال سے منہ اور سانس کی بدبو دور ہوتی ہے اور منہ کا خراب ذائقہ ٹھیک ہوتا ہے۔ کھن کے ہمراہ ادرک کھانے سے بلغم ختم ہوتی ہے اور معدہ اور دماغ کے لئے مقوی ہے حافظہ کی خرابی کو دور کرتا ہے۔ ادرک پیسے اور اسے تیل میں ملا کر مالش کریں تو پٹھوں کا درد ٹھیک ہو جائے گا۔ ادرک کا استعمال خون کی نالیوں پر جمی ہوئی چربی کی تھیں اتار دیتا ہے۔ ادرک چبانے سے گلا صاف ہو جاتا ہے۔ ادرک کے پانی میں شہد ملا کر دن میں بار بار چائیں اس سے ذیابیطس کے مرض میں فائدہ ہوتا ہے۔

ادرک پر ہونے والی حالیہ تحقیق نے اسے معدے کی خرابی، گیس، جی کا متلانا اور انتڑیوں کی



ذہنی تناؤ سے نجات حاصل کریں

ذہنی دباؤ دُور کرے کے لئے قدرتی اور صحت بخش غذائیں معاون ثابت ہو سکتی ہیں

ہر دو سالوں میں ذہنی دباؤ کی شکایت کرتا نظر آتا ہے۔ تحقیق کہتی ہے کہ ذہنی دباؤ انسان کو ایسے کھانوں کی جانب راغب کرتا ہے جو اس کی صحت کے لئے نقصان دہ ہیں۔ تحقیق کے مطابق ذہنی دباؤ دُور کرنے کے لئے ذیل میں دی گئی قدرتی اور صحت بخش غذائیں معاون ثابت ہو سکتی ہیں۔

دی
2013ء کی ایک تحقیق میں 36 خواتین کے دماغ کی سرگرمیوں کی نگرانی کی گئی جس کے مطابق جن خواتین نے دی کھایا ان کے دماغ کے تناؤ پیدا کرنے والے حصے کم متحرک رہے۔ دی کیلشیم اور لحمیات سے مالا مال ہوتا ہے اس لئے اسے اپنی غذا کا مستقل حصہ بنانا کھانے کا سودا نہیں۔

ہرے پتوں والی سبزیاں

دوپہر کے کھانے کے لئے ہرے پتوں سے بنے ہوئے کھانوں کا انتخاب کیجئے۔ اس سلسلے میں پاک کا استعمال کیا جاسکتا ہے جس میں فولیٹ موجود ہوتا ہے جو ڈوپامین نامی کیمیکل بناتا ہے جس سے دماغ کو راحت خوشی اور سکون ملتا ہے۔ 2013ء میں یونیورسٹی آف اوٹاگو کے ایک مطالعے کے مطابق جن دنوں میں کالج کے طالب علموں نے پھل یا سبزیاں کھائیں وہ ان دنوں کے مقابلے میں زیادہ خوش اور پرجوش تھے جن دنوں میں انہوں نے ایسا نہیں کیا۔

ڈارک چاکلیٹ

تحقیق کہہ رہی ہے کہ ڈارک چاکلیٹ کھانے سے ذہنی تناؤ میں نمایاں کمی ہو جاتی ہے۔ چاکلیٹ میں ایسے اجزاء شامل ہیں جو خون کی شریانوں کو آرام دینے میں مدد کرتے ہیں فشار خون کم ہوتا ہے اور خون کی روانی بہتر ہوتی ہے۔ تناؤ کم کرنے کے لئے 70 فیصد سے زائد کوکوالی چاکلیٹ کا استعمال کریں۔

دودھ

دودھ حیاتین ڈی کا بہترین ذخیروہ ہے جس میں خوشی کو بڑھانے والے اجزاء موجود ہوتے ہیں۔ ایک تحقیق کہتی ہے کہ حیاتین ڈی کی کمی گھبراہٹ اور ذہنی تناؤ کا باعث ہوتی ہے اس لئے روزمرہ خوراک میں دودھ شامل رکھنا ضروری ہے۔ ■

دلیہ

اگر آپ نشاستے سے بھرپور کھانوں کے شوقین ہیں تو امکانات ہیں کہ تناؤ کی صورت میں آپ کا ہاتھ ڈٹس کی جانب بڑھے گا۔ اس خواہش کو مکمل طور پر ختم نہ کریں بلکہ دلنے سے بنی ہوئی اشیاء کھائیں۔ اس کی وجہ سے تناؤ کی صورت میں خون میں شکر کی مقدار بڑھنے کا مسئلہ بھی پیدا نہیں ہوگا۔

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریج
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو میسجے کمانے کے لئے شرٹک نہیں کیا جاتا
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریج
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on
Facebook

fb.com/paksociety



twitter.com/paksociety



Chicken Pasanday

Ingredients:

Chicken breasts	1/2 kg
Yoghurt (whipped)	1 cup
Onion (finely cut)	1
Green cardamoms	6
Lemon juice	4 tbsp
Green chillies (finely cut)	4
Cumin seeds, Turmeric powder	1 tsp each
Poppy seeds	1 tbsp
Ginger/Garlic paste	1 tbsp
Red chilli powder	1 tbsp
Black pepper (crushed)	1 tbsp
Raw papaya paste	1 tbsp
Chickpeas (roasted)	1 tbsp
Bihari masala (packaged)	2 tbsp
Salt	to taste
Oil	1/2 cup
Lemon, Green chillies	for garnishing

Method:

- Lightly pound chicken breasts with a mallet; marinate with yogurt, papaya, ginger/garlic and salt; set aside for a little while.
- Grind together poppy seeds, cumin, chickpeas, cardamoms and pepper; apply on chicken.
- Heat oil in a pot; add onion and fry till golden; remove.
- In the same pot, add chicken, turmeric, Bihari masala, red chillies, onion, green chillies and lemon juice.
- Cook till dry with the lid on; fry; keep on dum.
- Dish out; garnish with lemon and green chillies; serve.

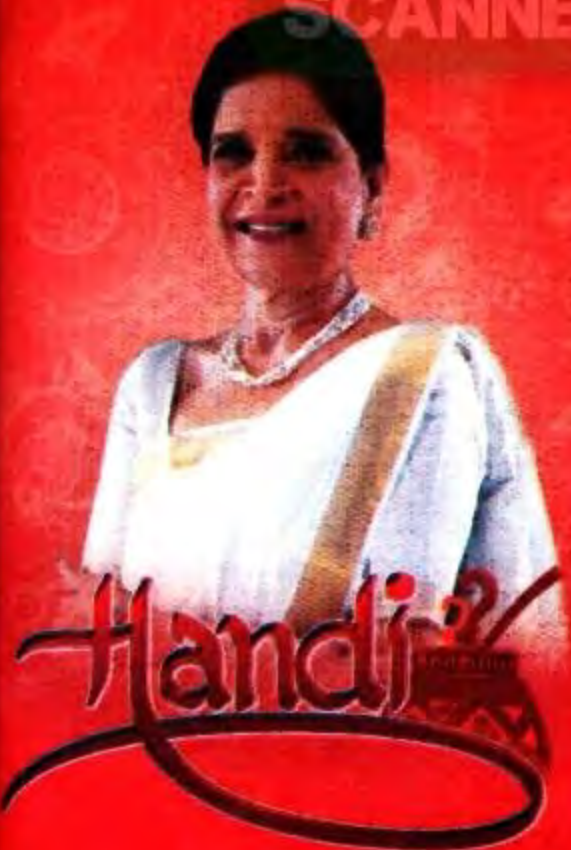
مرغی کے پسندے

اجزاء:

خشخاش، پسا ہوا لہسن اور مک	ایک ایک کھانے کا چمچ	مرغی کے سینے (بغیر ہڈی) 1/2 کلو	دہی (پھینٹی ہوئی)	ایک پیالی
پسی ہوئی لال مرچ		پیاز (باریک کٹی ہوئی)	ایک عدد	
کٹی ہوئی کالی مرچ	ایک ایک کھانے کا چمچ	چھوٹی الائچیاں	6 عدد	
پسا ہوا کچا پیتا		لیموں کا رس	4 کھانے کے چمچے	
پنے (نخنے ہوئے)	ایک ایک کھانے کا چمچ	ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)	4 عدد	
پکٹ والا بہاری مصالحہ	2 کھانے کے چمچے	ثابت سفید زیرہ		
نمک	حسب ذائقہ	پسی ہوئی ہلدی	ایک ایک چائے کا چمچ	
تیل	1/2 پیالی			
لیموں، ہری مرچیں	سجانے کے لئے			

ترکیب:

مرغی کے سینوں کو کسی بھاری چیز کی مدد سے ہلکا ہلکا کچل لیں۔ ان پر دہی، پیتا، لہسن اور مک اور نمک ملا کر تھوڑی دیر کے لئے رکھ دیں۔ خشخاش، زیرہ، پنے، الائچیاں اور کالی مرچ پیس کر پسندوں میں ملا لیں۔ دہی میں تیل گرم کریں اس میں پیاز تل کر نکالیں۔ اسی دہی میں پسندے، ہلدی، بہاری مصالحہ، لال مرچ، پیاز، ہری مرچیں اور لیموں کا رس ملا لیں۔ اسے ڈھانک کر پانی خشک ہونے تک پکائیں پھر نمون کر ڈم پر رکھ دیں۔ مزیدار پسندے ڈش میں نکالیں اسے لیموں اور ہری مرچوں سے سجادیں۔



Lachedar Kebabs

Ingredients:

Beef pieces	1/2 kg
Gram lentils	1 cup
Dried, round red chillies	8
Black peppercorns	6
Cardamoms	2
Cinnamon stick	1
Cumin seeds,	
Coriander seeds	1 tsp each
Ginger	1 piece
Garlic	6 cloves
Yogurt	1 tbsp
Egg whites	2
Rice flour	2 tbsp
Onions (cut into rings)	3
Mint, Fresh coriander (finely cut)	1 bunch each
Green chillies (finely cut)	4
Ginger (finely cut)	1 tbsp
Salt	to taste
Oil	for frying
Mint, Green chillies, Onions	for garnishing

Method:

- Cook beef with lentils, red chillies, ginger, garlic, cumin, coriander seeds, pepper, cardamoms, cinnamon and salt in a pot till tender.
- Add yogurt and keep on dum; allow to cool; grind in a chopper.
- Add rice flour, egg whites, mint, fresh coriander, finely cut ginger and green chillies.
- Rub oil on palm; take some ground meat and place an onion in the centre; shape into kebab; repeat process to make more kebabs.
- Heat oil in a frying pan; fry kebabs; remove in a dish; garnish with green chillies, mint and onions; serve.

لچھے دار کباب

اجزاء:

اٹھے کی سفیدیاں	2 عدد	گائے کی بوٹیاں	1/2 کلو
چاول کا آٹا	2 کھانے کے چمچے	چنے کی دال	ایک پیالی
پیاز (لچھے کئے ہوئے)	3 عدد	شوگھی گول لال مرچیں	8 عدد
پودینہ ہرا دھنیا		ثابت کالی مرچیں	6 عدد
(باریک کٹا ہوا)	ایک ایک گڈی	بڑی الائچیاں	2 عدد
ہری مرچیں		دارچینی	ایک ٹکڑا
(باریک کٹی ہوئی)	4 عدد	ثابت سفید زیرہ	
ادرک		ثابت دھنیا	ایک ایک
(باریک کٹی ہوئی)	ایک کھانے کا چمچ	چائے کا چمچ	
نمک	حسب ذائقہ	ایک ٹکڑا	ادرک
تیل	تیلنے کے لئے	6 جوے	لہسن
پودینہ ہری مرچیں پیاز سجانے کے لئے		ایک کھانے کا چمچ	دہی

ترکیب:

دہی میں بوٹیاں، دال، لال مرچیں، ادرک، لہسن، زیرہ، دھنیا، کالی مرچیں، بڑی الائچیاں، دارچینی اور نمک ملا کر گوشت گلنے تک پکائیں۔ اس میں دہی ڈال کر دم پر رکھ دیں، ٹھنڈا ہو جائے تو چوڑے میں پیس لیں۔ اس میں چاول کا آٹا، سفیدیاں، پودینہ ہرا دھنیا، باریک کٹی ہوئی ادرک اور ہری مرچیں ملا لیں۔ تھیلی کو چکنا کریں، تھوڑا سا آمیزہ لیں، درمیان میں تھوڑی سی پیاز رکھیں اور کباب بنا لیں۔ اسی طرح سارے کباب تیار کر لیں۔ فرائننگ پین میں تیل گرم کر کے کباب تھلیں اور ڈش میں نکالیں، اسے پودینے، ہری مرچوں اور پیاز سے سجادیں۔



Kashmiri Coconut Halwa

Ingredients:

Semolina	½ cup
Milk powder	2 cups
Desiccated coconut	2 cups
Sugar	3 cups
Green cardamoms (powdered)	5
Clarified butter	1 cup + for brushing
Coconut, Pistachios, Almonds (finely cut)	for garnishing

Method:

- Mix coconut, sugar, milk and little water in a bowl to make a thick batter.
- Heat clarified butter in a wok; fry cardamoms till aroma arises.
- Add semolina; fry till colour changes; add coconut batter; fry till clarified butter separates.
- Brush clarified butter on a dish; spread halwa on it; garnish with pistachios and almonds.

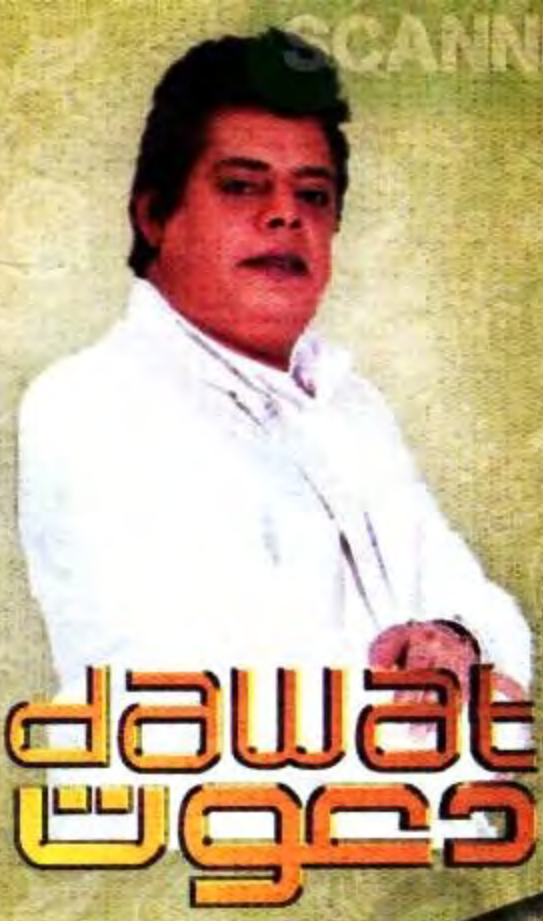
کھوپرے کا کشمیری حلوہ

اجزاء:

½ پیالی	شوگی
2 پیالی	شوگھا ہوا دودھ
2 پیالی	پسٹا نیل
3 پیالی	چینی
5 عدد	چھوٹی الائچیاں (پسی ہوئی)
ایک پیالی + لگانے کے لئے	کھی
سجانے کے لئے	ناریل پتے بادام (باریک کئے ہوئے)

ترکیب:

ایک پیالے میں ناریل، چینی، دودھ اور تھوڑا سا پانی ڈال کر گاڑھا آمیزہ تیار کر لیں۔ کڑا ہی میں کھی گرم کر کے الائچیاں خوشبو آنے تک بھونیں۔ اس میں شوگی شامل کریں اور رنگ تبدیل ہونے تک بھون کر پیالے کا آمیزہ ڈالیں، اسے کھی علیحدہ ہونے تک بھون لیں۔ ڈش کو کھی سے چکنا کر کے حلوہ پھیلائیں، اسے پتے اور بادام سے سجادیں۔



Chicken Buffalo Salad

Salad Ingredients:

Chicken cubes (boneless)	200 grams
Garlic paste	1 tsp
Hot sauce	2 tbsp
Black pepper (crushed)	½ tsp
Lettuce leaves	6
Spring onions (finely cut)	3 stalks
Carrot (finely cut)	1
Butter	3 tbsp
Salt	to taste

Dressing Ingredients:

Mayonnaise	½ cup
Cream	½ cup
Garlic	3 cloves
Onion	1
Black pepper (crushed)	½ tsp
Green chillies	3
Spring onions	3 stalks
Fresh coriander	½ bunch
Salt	to taste

Method:

- Blend dressing ingredients in a blender.
- Heat butter in a wok; add chicken, garlic, hot sauce, pepper and salt; fry thoroughly; remove from flame.
- Allow to cool; spread in a dish; spread carrot, spring onions, lettuce and dressing on top; serve.

مرغی کا بفلو سلاد

سلاد کے اجزاء:

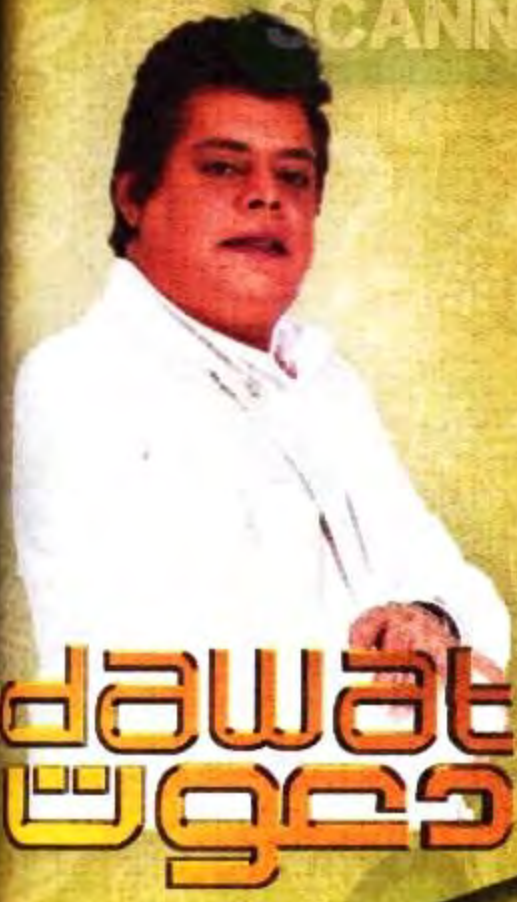
مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی)	200 گرام
پسا ہوا لہسن	ایک چائے کا چمچ
ہاٹ ساس	2 کھانے کے چمچے
کٹی ہوئی کالی مرچ	½ چائے کا چمچ
سلاد پتے	6 عدد
ہری پیاز (باریک کٹی ہوئی)	3 ڈنڈیاں
گاجر (باریک کٹی ہوئی)	ایک عدد
تمک	حسب ذائقہ
کھن	3 کھانے کے چمچے

ڈریسنگ کے اجزاء:

مایونیز	½ پیالی
کریم	½ پیالی
لہسن	3 جوے
پیاز	ایک عدد
کٹی ہوئی کالی مرچ	½ چائے کا چمچ
ہری مرچیں	3 عدد
ہری پیاز	3 ڈنڈیاں
ہر ادھنیا	½ گڈی
تمک	حسب ذائقہ

ترکیب:

ڈریسنگ کے اجزاء بلینڈر میں یکجان کر لیں۔ کڑا ہی میں کھن گرم کر کے مرغی، لہسن، ہاٹ ساس، کالی مرچ اور تمک ڈال کر خوب بٹھوئیں پھر چولہا بند کر دیں۔ آمیزہ ٹھنڈا ہو جائے تو اسے ڈش میں بچھائیں اس پر گاجر، سلاد پتے، ہری پیاز اور ڈریسنگ پھیلا کر پیش کریں۔



Chicken Malai Tikka

Ingredients:

Chicken leg pieces	2
Garlic paste	1 tbsp
Yogurt (strained)	½ cup
Fresh cream	½ cup
Green chillies (blended)	2 tbsp
Cumin powder	½ tsp
White pepper powder	½ tsp
Cornflour	1 tbsp
Salt	to taste
Oil	for brushing
Lettuce	for decoration
Carrot (slices)	for garnishing

Method:

- Marinate chicken with all ingredients; set aside for at least 2 hours.
- Pierce onto skewers; brush oil lightly on chicken; barbecue over hot coals.
- Decorate a dish with lettuce; place tikka on it; garnish with carrots; serve.

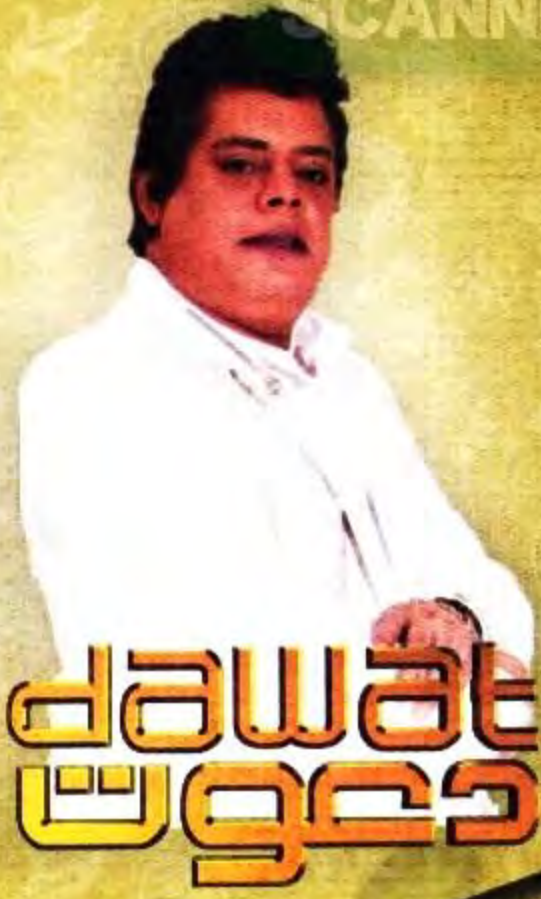
مرغی کے ملائی تگے

اجزاء:

2 عدد	مرغی کی ٹانگیں
ایک کھانے کے چمچے	پسا ہوا لہسن
½ پیالی	دہی (پانی نکلا ہوا)
½ پیالی	تازہ کریم
2 کھانے کے چمچے	پسی ہوئی ہری مرچیں
½ چائے کا چمچ	پسا ہوا سفید زیرہ
½ چائے کا چمچ	پسی ہوئی سفید مرچ
ایک کھانے کا چمچ	کارن فلور
حسب ذائقہ	نمک
لگانے کے لئے	تیل
سجانے کے لئے	سلاد پتے، گاجر (قلم)

ترکیب:

مرغی کی ٹانگوں پر تمام اجزاء ملا کر کم از کم 2 گھنٹوں کے لئے رکھ دیں۔ انہیں سینوں پر لگائیں اور کونلوں پر ہلکا ہلکا تیل لگاتے ہوئے سینک لیں۔ ڈش کو سلاد پتوں سے سجائیں اس پر تگے رکھیں اور گاجر کے قلموں سے سجادیں۔



dawat
دعوت



Beef Cheese Patties

Ingredients:

Beef mince (ground finely)	½ kg
Animal fat	30 grams
Yogurt (strained)	2 tbsp
Hot spices powder	1 tsp
Cumin powder	1 tbsp
Red chillies (crushed)	1 tbsp
Onion (chopped)	1
Green chillies (chopped)	4
Fresh coriander (chopped)	½ bunch
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Eggs	2
Breadcrumbs	3 tbsp
Mozzarella cheese (grated)	200 grams
Capsicum (finely cut)	1
Tomato (finely cut)	1
Salt	to taste
Oil	for frying
Lettuce	for decoration
Tomato ketchup	as accompaniment

Method:

- Combine mince and fat in a chopper.
- Mix all ingredients except cheese, tomato and capsicum in a bowl; set aside for a little while.
- Shape into patties; heat oil in a frying pan; fry patties golden; remove in a baking dish.
- Sprinkle capsicum, cheese and tomato on top; bake in a pre-heated oven at 200° C for 5 minutes; remove.
- Decorate a dish with lettuce; place patties on top; serve with ketchup.

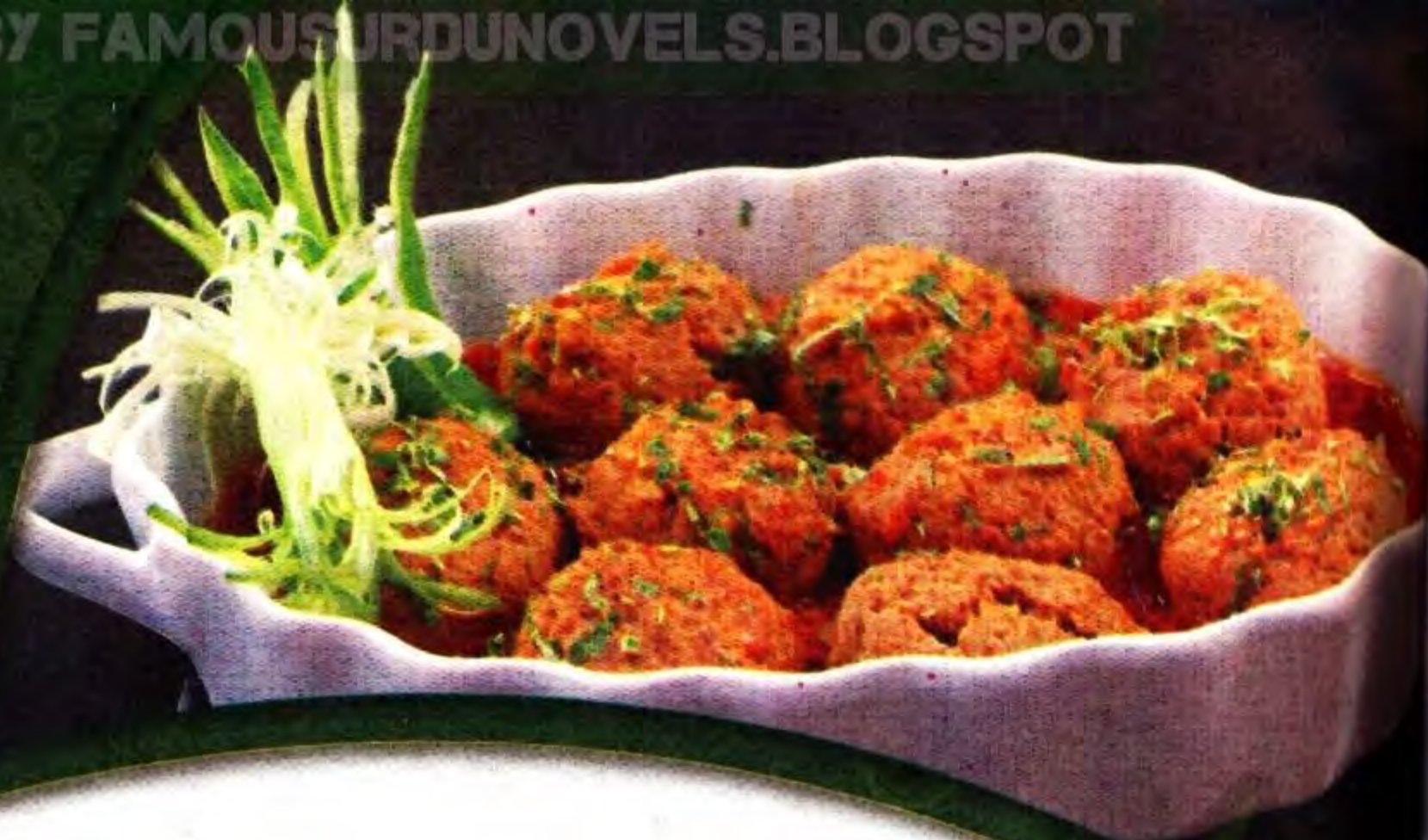
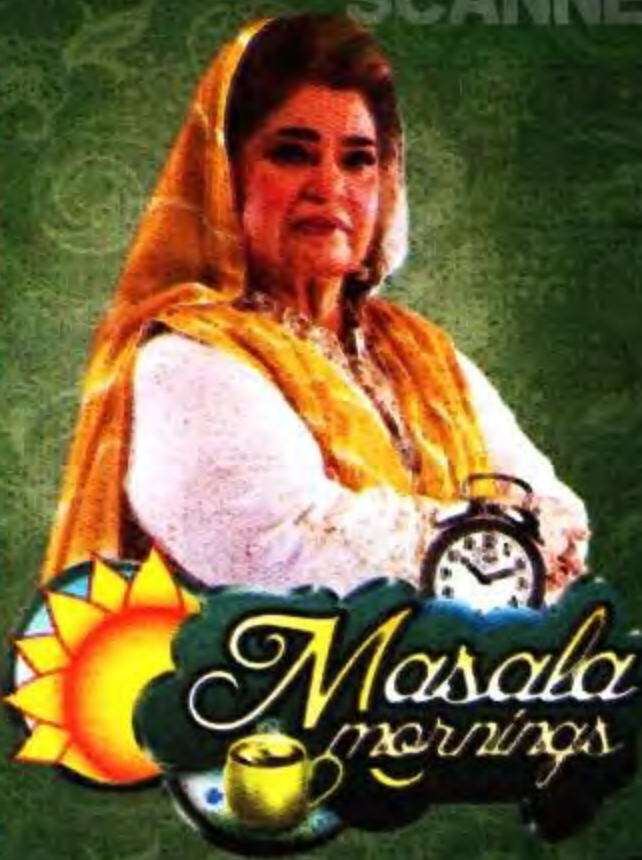
گوشت کی پنیری ٹکیاں

اجزاء:

2 عدد	انڈے	گائے کا قیر (باریک پٹا ہوا) ½ کلو
3 کھانے کے چمچے	ڈبل روٹی کا چوزہ	30 گرام چربی
200 گرام	موزریلہ پنیر (کدو کش)	2 کھانے کے چمچے
1 عدد	شملہ مرچ (باریک کٹی ہوئی)	1 کھانے کا چمچ
1 عدد	ٹماٹر (باریک کٹا ہوا)	1 کھانے کا چمچ
حسب ذائقہ	نمک	1 کھانے کے چمچے
تیلنے کے لئے	تیل	1 عدد
سجانے کے لئے	سلاڈپتے	ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی) 4 عدد
ہمراہ پیش کرنے کے لئے	ٹماٹو کچھپ	ہرا دھنیا (چوپ کی ہوئی) ½ گڈی
		1 کھانے کے چمچے

ترکیب:

چوپر میں قیر اور چربی یکجان کر لیں۔ ایک پیالے میں علاوہ پنیر، ٹماٹر اور شملہ مرچ باقی تمام اجزاء ملا کر تھوڑی دیر کے لئے رکھ دیں۔ اس آمیزے کی ٹکیاں بنائیں۔ فرائننگ پین میں تیل گرم کریں اور ٹکیوں کو سنہری تل کر بیکنگ ڈش میں نکالیں۔ اس کے اوپر پنیر، شملہ مرچ اور ٹماٹر چھڑک کر پہلے سے گرم اون میں 200°C پر 5 منٹ پکا کر نکالیں۔ ڈش کو سلاڈپتوں سے سجائیں اور ٹکیاں اس کے اوپر رکھیں اور ٹماٹو کچھپ کے ہمراہ پیش کریں۔



Shahi Gola Kebabs

Meatball Ingredients:

Beef mince	1/2 kg
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Gram flour, coconut (roasted)	1 tbsp each
Poppy seeds (roasted)	1 tbsp
Onion (fried and blended)	1/2 cup
Hot spices powder	1 tsp
Yogurt	2 tbsp
Cumin seeds (crushed)	1 tsp
Red chilli powder	1 tsp
Raw papaya paste	1 tsp
Salt	1 tsp

Curry Ingredients:

Onion (finely cut)	1
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Red chilli powder	1 tsp
Green chillies (finely cut)	4
Fresh coriander (chopped)	2 tbsp
Water	1 cup
Salt	1/2 tsp
Oil	1/2 cup

Method:

- Grind poppy seeds, coconut and gram flour in a chopper.
- Mix ground masala, yogurt, ginger/garlic and red chillies in mince; combine in the chopper.
- Add remaining meatball ingredients; shape into meatballs; set aside.
- Heat oil in a pot; fry onion golden; add ginger/garlic, red chillies and salt; fry and add water.
- Add meatballs to pot; cook for 5 minutes on low flame; turn over meatballs and keep on dum.
- Add coriander and green chillies; dish out.

شاہی گولا کباب

کوتوں کے اجزاء:

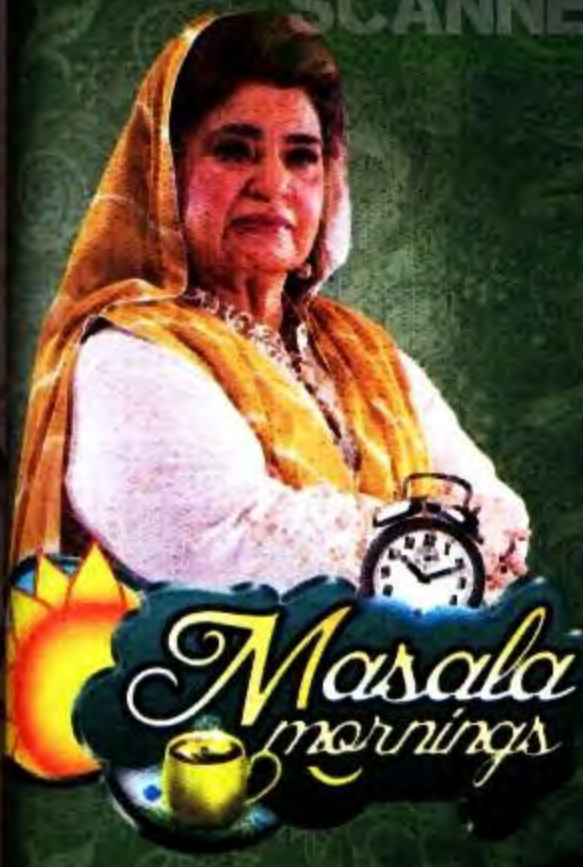
گائے کا تھم	1/2 کلو
پسا ہوا لہسن اور ک	ایک کھانے کا چمچ
بسن ناریل (بھننا ہوا)	ایک کھانے کا چمچ
شکاش (بھنی ہوئی)	ایک کھانے کا چمچ
پیاز (تلی اور پسی ہوئی)	1/2 پیالی
پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچ
دہی	2 کھانے کے چمچے
شکاش ہوا سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچ
پسی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ
پسا ہوا کچا پیٹا	ایک چائے کا چمچ
نمک	ایک چائے کا چمچ

سالن کے اجزاء:

پیاز (باریک کٹی ہوئی)	ایک عدد
پسا ہوا لہسن اور ک	ایک کھانے کا چمچ
پسی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ
ہری مرچیں	4 عدد
(باریک کٹی ہوئی)	4 عدد
ہرا دھنیا	2 کھانے کے چمچے
(چوپ کیا ہوا)	ایک پیالی
پانی	1/2 چائے کا چمچ
نمک	1/2 پیالی
تیل	1/2 پیالی

ترکیب:

شکاش ناریل اور بسن کو ایک ساتھ چیس لیں۔ قیے میں پسا ہوا مصالحہ دہی لہسن اور ک اور لال مرچ ملا کر چوپر میں یکجان کر لیں۔ اس میں کوفتے کے باقی اجزاء ملائیں اور کوفتے بنا کر رکھ لیں۔ دہی میں تیل گرم کر کے پیاز سنہری کر کے اس میں لہسن اور ک لال مرچ اور نمک ڈال کر بھونیں پھر پانی ملا دیں۔ دہی میں کوفتے ڈالیں اور ہلکی آج پر 5 منٹ تک پکا لیں پھر پلٹ کر دم پر رکھیں پھر ہرا دھنیا اور ہری مرچیں ڈال کر ڈش میں نکال لیں۔



Dhabba Karahi

Ingredients:

Chicken pieces	1 kg
Yogurt (whipped)	1 cup
Red chilli powder	1 tsp
Turmeric powder	½ tsp
Ginger (finely cut)	2 tsp
Coriander seeds (crushed)	1 tsp
Green cardamoms	4
Cloves	4
Onion (chopped)	1 cup
Ginger/garlic (chopped)	1 tbsp
Fresh coriander (chopped)	1 tbsp
Tomatoes (chopped)	3
Green chillies (finely cut)	3 + for sprinkling
Hot spices powder	1 tsp
Salt	1 ½ tsp
Oil	½ cup

Method:

- Marinate chicken with yogurt, red chillies, turmeric, coriander and salt; set aside for ½ hour.
- Heat oil in a wok; add cardamoms, cloves and onion; when onion turns golden add ginger/garlic and chicken; fry for 10 minutes.
- Add tomatoes; cook till tomatoes are tender and oil separates.
- Add hot spices, fresh coriander, green chillies and ginger; keep on dum.
- Sprinkle green chillies on top; serve.

ڈھابے کی کڑاہی

اجزاء:

ایک کلو	مرغی کا گوشت
ایک پیالی	دہی (پھینٹی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ
½ چائے کا چمچ	پسی ہوئی ہلدی
2 چائے کے تچے	ادرک (باریک کٹی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	کٹا ہوا دھنیا
4 عدد	چھوٹی الائچیاں
4 عدد	لوتگیاں
ایک پیالی	پیاز (چوپ کی ہوئی)
ایک کھانے کا چمچ	لہسن اورک (چوپ کیا ہوا)
ایک کھانے کا چمچ	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)
3 عدد	ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)
	ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی) 3 عدد + چمڑے کے لئے

ترکیب:

مرغی کے گوشت پر دہی، لال مرچ، ہلدی، دھنیا اور نمک ملا کر ½ گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کر کے الائچیاں، لوتگیاں اور پیاز ڈالیں۔ پیاز سنہری ہو جائے تو لہسن اورک اور مرغی ڈال کر 10 منٹ تک بھونیں۔ اس میں ٹماٹر ملا کر ان کے نرم ہونے اور تیل اوپر آنے تک پکائیں۔ اس میں گرم مصالحہ ہرا دھنیا، ہری مرچیں اور ادرک ڈال کر دم پر رکھ دیں۔ مزیدار کڑاہی ہری مرچیں چمڑک کر پیش کریں۔



Chicken Teriyaki

Chicken Ingredients:

Chicken breasts (boneless)	2
Garlic paste	1 tsp
Lemon juice, Teriyaki sauce	1 tbsp each
Black pepper (crushed), Salt	½ tsp each

Batter Ingredients:

Refined flour	3 tbsp
Egg	1
Red chilli powder	¼ tsp
Baking powder	¼ tsp
Soya sauce, Oil	1 tbsp each

Sauce Ingredients:

Onion (chopped)	1 tbsp
Fresh coriander (chopped)	1 tbsp
Sweet sauce	3 tbsp
White vinegar, Soya sauce	1 tbsp each
Tomato purée	2 tbsp
Black pepper (crushed), Salt	½ tsp each
Teriyaki sauce, Oil	1 tbsp each
French fries	as accompaniment

Method:

- Marinate chicken with all its ingredients; set aside for ½ hour.
- Mix batter ingredients in a bowl.
- Heat oil in a frying pan; coat chicken with batter; fry golden; remove in a dish.
- Heat oil in a saucepan; cook sauce ingredients for 5 minutes; pour over chicken.
- Serve with french fries.

چکن تیریاکی

مرغی کے اجزاء:

سویا ساس، تیل
سس کے اجزاء:

ایک کھانے کا چمچ پیاز (چوپ کی ہوئی)
ایک کھانے کا چمچ ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)
3 کھانے کے چمچے سوٹ ساس
ایک کھانے کا چمچ سفید سرکہ سویا ساس
2 کھانے کے چمچے ٹماٹو پیوری
ٹمکی ہوئی کالی مرچ، نمک ½ ½ چائے کا چمچ
تیریاکی ساس، تیل
فریج فرائز

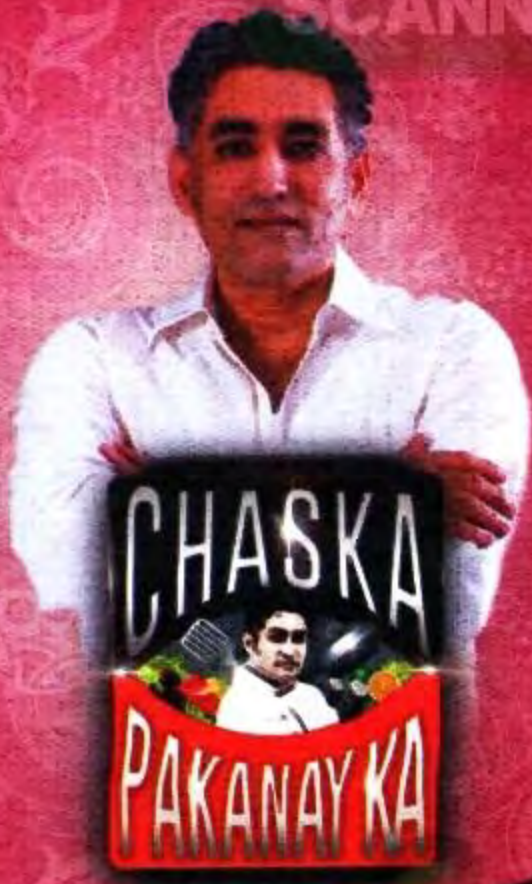
مرغی کے سینے
(بغیر ہڈی)
2 عدد
ایک چائے کا چمچ
ایک کھانے کا چمچ
مرچ، نمک ½ ½ چائے کا چمچ

آمیڑے کے اجزاء:

3 کھانے کے چمچے
ایک عدد
پسی ہوئی لال مرچ ¼ چائے کا چمچ
ٹیکنگ پاؤڈر ¼ چائے کا چمچ

ترکیب:

مرغی کے سینوں پر اس کے اجزاء لگا کر ½ گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ پیالے میں آمیزے کے اجزاء ملا لیں۔ فرائننگ پین میں تیل گرم کریں مرغی کے سینوں کو آمیزے میں لپیٹیں اور فرائننگ پین میں سنہری کر کے ڈش میں نکال لیں۔ ساس پین میں تیل گرم کریں اور ساس کے اجزاء 5 منٹ پکا کر مرغی پر ڈالیں اسے فریج فرائز کے ہمراہ پیش کریں۔



Bistec Ala Mexicana

بیسٹک اعلیٰ میکسیکن

Ingredients:

Beef pieces	400 grams
Black pepper (crushed)	½ tsp
Garlic (chopped)	4 cloves
Onion (cut lengthwise)	1
Green chillies (finely cut)	2
Tomatoes (cut lengthwise)	3
Corn	1 cup
Capsicum (cut lengthwise)	1
Spring onions (finely cut)	4 stalks + for garnishing
Fresh coriander (chopped)	¼ cup
Salt	1 tsp
Oil	4 tbsp

Method:

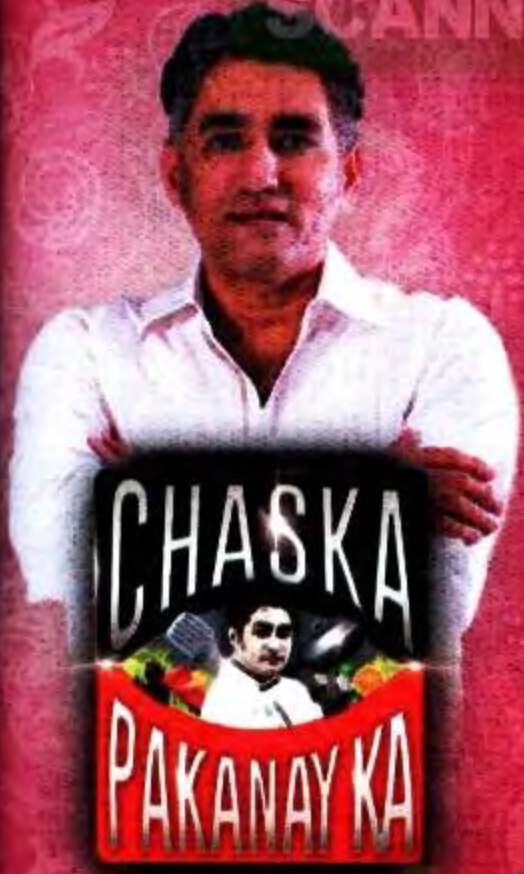
- Heat 2 tbsp oil in a pot; cook meat in water till tender.
- Heat remaining oil in wok; add garlic, onion and green chillies; cook for a few minutes; add tomatoes; fry till tender.
- Add corn, pepper, capsicum, spring onions and salt; cook for a few minutes.
- Add coriander; dish out.
- Garnish with spring onions; serve.

اجزاء:

ایک پیالی	بھننے	400 گرام	کھانے کا گوشت
شملہ مرچ (لمبائی میں کٹی ہوئی) ایک عدد		½ چائے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
ہری پیاز (باریک کٹی ہوئی) 4 عدد		4 جوے	لہسن (چوپ کئے ہوئے)
+ سجانے کے لئے		ایک عدد	پیاز (لمبائی میں کٹی ہوئی)
¼ پیالی	ہر ادھنیا (چوپ کیا ہوا)	2 عدد	ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	نمک	3 عدد	نماز (لمبائی میں کئے ہوئے)
4 کھانے کے چمچے	تیل		

ترکیب:

دیکھی میں 2 کھانے کے چمچے تیل گرم کر کے گوشت میں پانی ڈالیں اور گوشت گھٹنے تک پکائیں۔ کڑا ہی میں باقی تیل گرم کر کے لہسن، پیاز اور ہری مرچیں چند منٹ تک پکائیں۔ پھر نماز ڈال کر ان کے نرم ہونے تک بھونیں۔ اس میں بھننے والی مرچ، شملہ مرچ، ہری پیاز اور نمک ملا کر چند منٹ تک مزید پکائیں۔ ہر ادھنیا ملا کر ڈش میں نکال لیں۔ اسے ہری پیاز سے سجادیں۔



Hunzai Handi

Ingredients:

Chicken pieces	500 grams
Garlic (chopped)	2 tsp
Ginger (chopped)	1 tbsp
Onion (chopped)	1
Yogurt	1 cup
Red chilli powder	1 tsp
Turmeric powder	1/2 tsp
Cumin seeds	1 tsp
Dried, round red chillies	8
Black peppercorns	6
Cloves	3
Hot spices powder	2 tsp
Green chillies	5
Lemon juice	1 tbsp
Dried fenugreek leaves	1 tsp
Fresh cream	2 tbsp
Salt	1 tsp
Oil	1/2 cup
Fresh coriander	for garnishing

Method:

- Heat oil in a pot; add chicken, onion, dried red chillies, cumin, cloves, turmeric, red chilli powder and pepper; fry till onion is golden.
- Add garlic, ginger, yogurt and salt; cook till chicken is tender.
- Add hot spices, lemon juice, fenugreek and green chillies; cook for a few minutes.
- Add cream; dish out; garnish with coriander; serve.

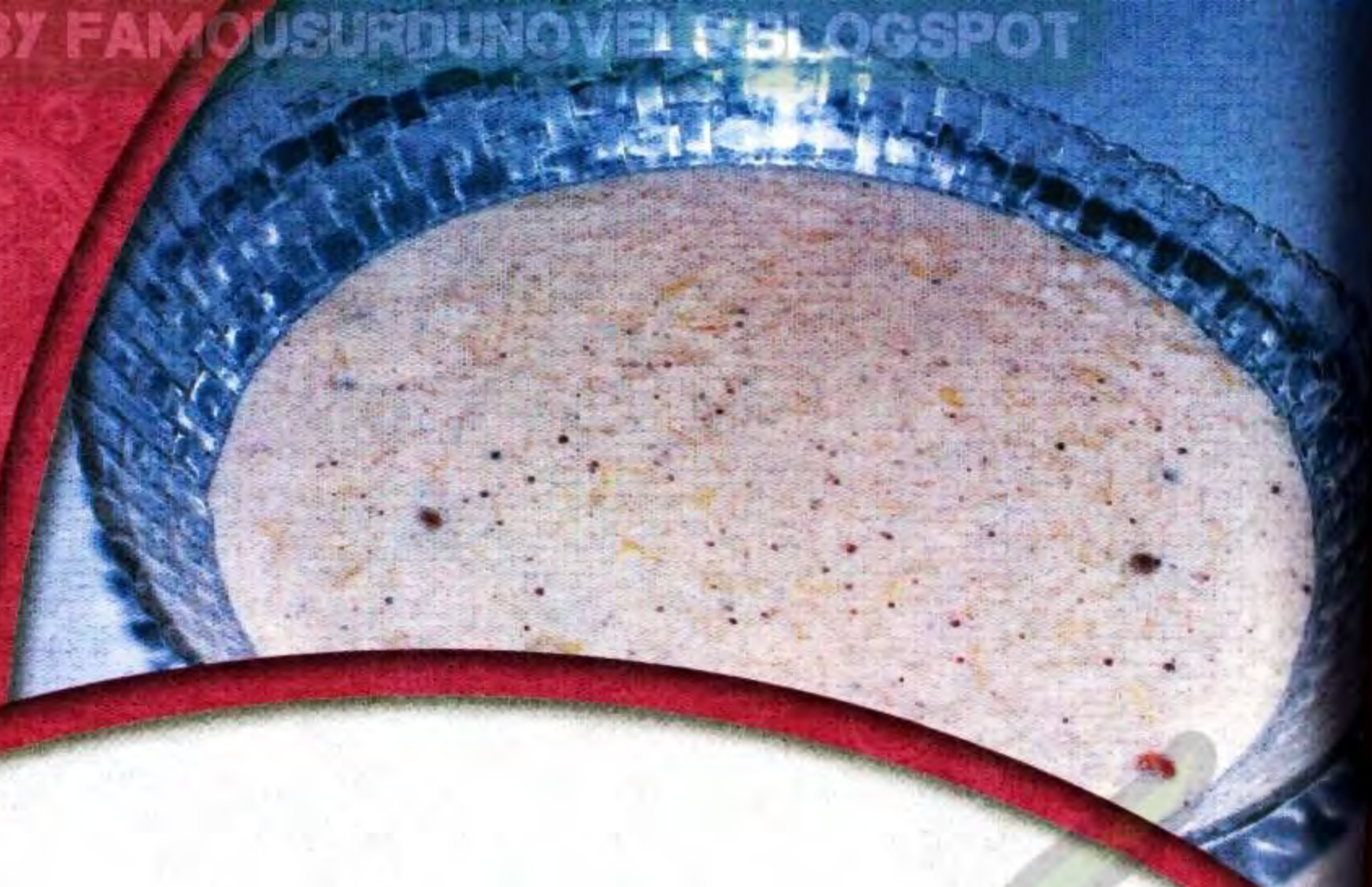
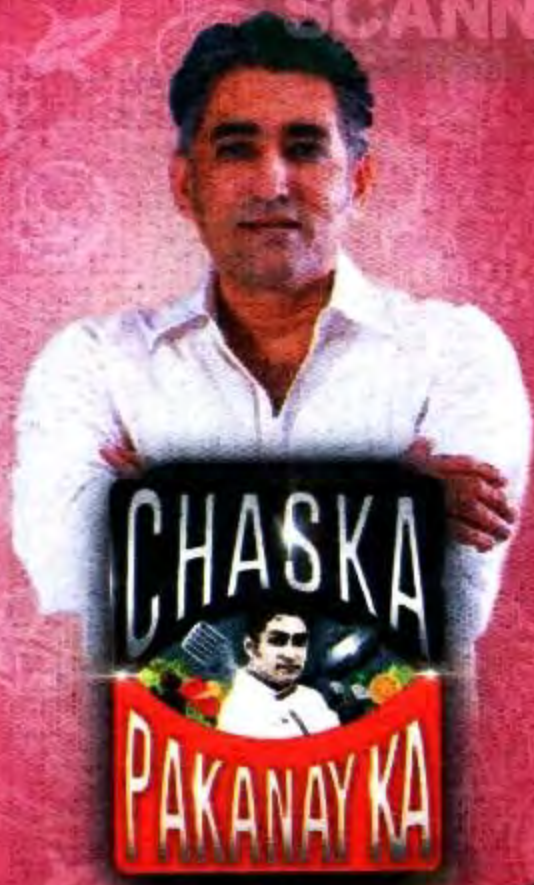
ہنزائی ہانڈی

اجزاء:

3 عدد	لوٹکیں	500 گرام	مرغی کی بوٹیاں
2 چائے کے چمچے	پسا ہوا گرم مصالحہ	2 چائے کے چمچے	لہسن (چوپ کیا ہوا)
5 عدد	ثابت ہری مرچیں	ایک کھانے کا چمچ	ادرک (چوپ کی ہوئی)
ایک کھانے کا چمچ	لیموں کا رس	ایک عدد	پیاز (چوپ کی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	قصوری میتھی	ایک پیالی	دہی
2 کھانے کے چمچے	تازہ کریم	ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ
ایک چائے کا چمچ	نمک	1/2 چائے کا چمچ	پسی ہوئی ہلدی
1/2 پیالی	تیل	ایک چائے کا چمچ	ثابت سفید زیرہ
سجانے کے لئے	ہر اوضیا	8 عدد	شوگھی گول لال مرچیں
		6 عدد	کالی مرچیں

ترکیب:

دہی میں تیل گرم کر کے مرغی، پیاز، شوگھی گول لال مرچیں، زیرہ، لوٹکیں، ہلدی، لال مرچ اور کالی مرچوں کو پیاز سنہری ہونے تک ٹھونیں۔ اس میں لہسن، ادرک، دہی اور نمک ڈال کر مرغی گھٹنے تک پکائیں، پھر گرم مصالحہ، لیموں کا رس، میتھی اور ہری مرچیں ملا کر چند منٹ تک پکائیں۔ اس میں کریم ملا کر ڈش میں نکالیں۔ اسے ہرے دھننے سے سجا کر پیش کریں۔



Apple And Rice Pudding

سیب اور چاول کی پڈنگ

Ingredients:

Milk (fresh)	3 1/2 cups
Rice (boiled)	1 cup
Apple (grated)	1 cup
Cornflour (made into paste with water)	1 tsp
Raisins	4 tbsp
Cinnamon (crushed) sprinkling	for

اجزاء:

3 1/2 پیالی	تازہ دودھ
ایک پیالی	چاول (اُبلے ہوئے)
ایک پیالی	سیب (کدو کش)
ایک چائے کا چمچ	کارن فلور (پانی میں گھلا ہوا)
4 کھانے کے چمچے	کشمش
چھڑکنے کے لئے	ٹکی ہوئی دارچینی

Method:

- Bring milk to boil in a pot; add rice; cook for 1/2 hour.
- Add cornflour while stirring continuously; cook till thick.
- Add raisins and apple; cook with the lid on for 5 minutes.
- Dish out; sprinkle cinnamon on top; serve.

ترکیب:

ایک دہلی میں دودھ اُبالیں اور چاول ڈال کر 1/2 گھنٹے تک پکائیں۔ اس میں چمچے چلاتے ہوئے کارن فلور ملائیں اور آمیزہ گاڑھا ہونے تک پکائیں۔ اس میں کشمش اور سیب ڈالیں اور 5 منٹ تک ڈھا تک کر پکائیں۔ اسے ڈش میں نکالیں اور دارچینی چھڑک کر پیش کریں۔



Pan-fried Chicken Wings

Ingredients:

Chicken wings	8
Pineapple pieces	1 cup
Onion (cubed)	1
Garlic paste	1 tsp
Yogurt	1/2 cup
Capsicums (cubed)	2
Mustard paste	2 tsp
Red chillies (crushed)	1 tsp
Black pepper (crushed)	1/2 tsp
Lemon juice	2 tbsp
Jaggery	1/2 tsp
Water	1 cup
Salt	1/2 tsp
Oil	3 tbsp
Tomato, lettuce leaves	for decorating

Method:

- Heat oil in a pot; fry garlic till aroma arises.
- Add wings and water.
- When wings are tender, add onion, yogurt, capsicums, mustard paste, pepper, red chillies, jaggery and salt; cook for a few minutes.
- Add pineapple and lemon juice; dish out.
- Decorate dish with tomato and lettuce; serve.

پین فرائیڈ چکن ونگز

اجزاء:

8 عدد	مرنی کے پر
ایک پیالی	انناس کے ٹکڑے
ایک عدد	پیاز (چوکور کٹی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا ہسن
1/2 پیالی	دہی
ایک پیالی	شملہ مرچیں
2 عدد	(چوکور کٹی ہوئی)
2 چائے کے چمچے	مسٹرڈ پیسٹ
1 کٹی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ
1 کٹی ہوئی کالی مرچ	1/2 چائے کا چمچ
2 کھانے کے چمچے	لیموں کا رس
1/2 چائے کا چمچ	گڑ
1 کٹی ہوئی کالی مرچ	پانی
2 کھانے کے چمچے	نمک
3 کھانے کے چمچے	تیل
سجانے کے لئے	ٹماٹر، سلاڈ پتے

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کر کے لہسن خوشبو آنے تک بھونیں۔ اس میں پر اور پانی شامل کر دیں۔ پر گل جائیں تو پیاز، دہی، شملہ مرچیں، مسٹرڈ پیسٹ، کالی مرچ، لال مرچ، گڑ اور نمک ملا کر چند منٹ تک پکائیں۔ اس میں انناس اور لیموں کا رس ملا کر ڈش میں نکال لیں۔ ڈش کو سلاڈ پتے اور ٹماٹر سے سجادیں۔



Bohri Cutlets

Kebab Ingredients:

Beef mince	1/2 kg
Bread	7 slices
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Green chillies (chopped)	5
Black pepper (crushed)	1 tbsp
Red chilli powder	1 1/2 tsp
Spring onions	6 stalks
Fresh coriander	1 bunch
Soya sauce	2 tbsp
White vinegar	1 tbsp
Chilli sauce	2 tbsp
Breadcrumbs	1 cup
Eggs	3
Hot spices powder	1 tsp
Salt	to taste
Oil	for frying
Spring onion (chopped)	for decoration

Method:

- Combine all ingredients except eggs and breadcrumbs in a blender.
- Spread little mince on your palm and shape into cutlets; coat first with breadcrumbs, then eggs.
- Heat oil in a frying pan; fry cutlets golden from both sides; remove in a plate.
- Decorate the centre of the plate with spring onion; serve.

بوہری کٹلٹس

اجزاء:

2 کھانے کے چمچے	سویا ساس	1/2 کلو	گائے کا قیر
ایک کھانے کا چمچ	سفید سرکہ	7 سلاٹس	ڈبل روٹی
2 کھانے کے چمچے	چلی ساس	ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا بسن اورک
ایک پیالی	ڈبل روٹی کا چورہ		ہری مرچیں
انڈے (پھینٹے ہوئے) 3 عدد		5 عدد	(چوپ کی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک کھانے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
حسب ذائقہ	نمک	1 1/2 چائے کے چمچے	پسی ہوئی لال مرچ
تلنے کے لئے	تیل	6 ڈنڈیاں	ہری پیاز
	ہری پیاز	ایک گڈی	ہرا دھنیا
سجانے کے لئے	(چوپ کی ہوئی)		

ترکیب:

چوپر میں علاوہ انڈے اور ڈبل روٹی کا چورہ باقی تمام اجزاء یکجان کر لیں۔ اس میں سے تھوڑا تھوڑا آمیزہ ہاتھ میں لے کر پھیلائیں، انہیں پہلے ڈبل روٹی کے چورے پھر انڈے میں لپیٹیں۔ فرائننگ پین میں تیل گرم کریں اور کٹلٹس دونوں جانب سے سنہری تل کر پلیٹ میں نکالیں۔ درمیان میں ہری پیاز سجادیں۔



Cheese Burger Bread

Dough Ingredients:

Refined flour	2 cups
Eggs	2
Yeast	1 tsp
Icing sugar	2 tbsp
Milk (fresh)	as required
Salt	1/2 tsp
Oil	4 tbsp
Egg (beaten)	for brushing

Filling Ingredients:

Beef mince	250 grams
Onion (chopped)	1
Tomatoes (chopped)	2
Cheddar cheese (grated)	1 cup
Black pepper (crushed)	1 tsp
Red chilli powder	1 tsp
Garlic (chopped)	1 tsp
Worcestershire sauce	1 tsp
Salt	to taste
Oil	2 tbsp

Method:

- Knead dough ingredients with milk; set aside.
- Heat oil in a wok; cook filling ingredients except cheese, with the lid on.
- When dry, fry; remove from flame.
- Divide dough into 2 balls; roll out into discs.
- Divide mince into 2 portions; spread on top of the 2 discs; sprinkle cheese on top of both; fold over; brush egg on top.
- Place in a baking tray and set aside for 1/2 hour; bake in a pre-heated oven at 200°C for 20 minutes; remove.

چیزی برگر بریڈ

آٹے کے اجزاء:

ایک عدد	پیاز (چوپ کی ہوئی)	2 پیالی	میدہ
2 عدد	ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)	2 عدد	انڈے
ایک پیالی	چپڑ ریخیر (کدو کش)	ایک چائے کا چمچ	خمیر
ایک چائے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ	2 کھانے کے چمچے	پس ہوئی چینی
ایک چائے کا چمچ	پس ہوئی لال مرچ	حسب ضرورت	تازہ دودھ
ایک چائے کا چمچ	لہسن (چوپ کیا ہوا)	1/2 چائے کا چمچ	نمک
ایک چائے کا چمچ	دوسر شاز ساس	4 کھانے کے چمچے	تیل
حسب ذائقہ	نمک	لگانے کے لئے	انڈہ (پھینٹا ہوا)
2 کھانے کے چمچے	تیل		

بھرنے کے اجزاء:

گائے کا قیرہ 250 گرام

ترکیب:

آٹے کے اجزاء دودھ سے گوندھ کر رکھ دیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کریں اور بھرتے کے اجزاء علاوہ پنیر ڈھکن ڈھا تک کراس کے اپنے پانی میں پکائیں۔ پانی خشک ہو جائے تو بخوان کر چولہا بند کر دیں۔ آٹے کے 2 پیڑے بنا لیں اس کی گول روٹی بنائیں اور قیرے کو 2 حصوں میں تقسیم کر کے ایک ایک روٹی کے درمیان میں رکھیں۔ ان کے اوپر پنیر ڈال کر لپٹائیں اور پھر انڈہ لگا کر بیکنگ ٹری پر رکھ دیں۔ 1/2 گھنٹے کے بعد پہلے سے گرم اوون میں 200°C پر 20 منٹ پکا کر نکال لیں۔



Stuffed Kulchay

Dough Ingredients:

Refined flour (sieved)	300 grams
Sugar, Onion seeds	½ tsp each
Fresh coriander (chopped)	1 tbsp
Hot water	140 millilitres
Yogurt	2 tsp
Yeast, Sea salt	1 tsp each
Oil	2 tbsp

Filling Ingredients:

Potatoes (boiled and mashed)	4
Green chillies (chopped)	2
Ginger (chopped)	1-inch piece
Dried raw mango	½ tsp
Red chilli powder	½ tsp
Coriander powder	1 tsp
Hot spices powder	¼ tsp
Fresh coriander (chopped)	1 tbsp
Salt	½ tsp

Method:

- Knead dough with all its ingredients; apply a little oil on dough and knead for a few more minutes.
- Brush oil on the bottom of a bowl; place dough in it; cover it with a damp hot towel; set aside for 1 hour.
- Fry garlic and butter in a saucepan till aroma arises; add coriander; remove from flame.
- Mix filling ingredients in a bowl.
- Divide dough into 4 balls; stuff each ball with filling; re-shape into balls; lightly roll out.
- Bake kulchay in a pre-heated oven at 200° C for 10 minutes; remove.
- Spread prepared butter on kulchay; serve.

بھرے ہوئے کچے

آنے کے اجزاء:

300 گرام	میدہ (چھنا ہوا)
½ ½ چائے کا چمچ	چینی کلوٹی
ایک کھانے کا چمچ	دھنیا (چوپ کیا ہوا)
140 ملی لیٹر	گرم پانی
2 چائے کے چمچے	دہی
ایک ایک چائے کا چمچ	خمیر، سمندری نمک
2 کھانے کے چمچے	تیل

مکھن کے اجزاء:

50 گرام	نمک والا مکھن
4 جوے	لہسن (باریک کئے ہوئے)
ایک کھانے کا چمچ	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)

بھرنے کے اجزاء:

آلو (آبلے اور بھرتہ کئے ہوئے) 4 عدد	
ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی) 2 عدد	
اورک (چوپ کیا ہوا)	ایک انچ کا کھڑا
آچور پسی ہوئی لال مرچ	½ ½ چائے کا چمچ
پسا ہوا دھنیا	ایک چائے کا چمچ
پسا ہوا گرم مصالحہ	¼ چائے کا چمچ
ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	ایک کھانے کا چمچ
نمک	½ چائے کا چمچ

Butter Ingredients:

Butter (salted)	50 grams
Garlic (finely cut)	4 cloves
Fresh coriander (chopped)	1 tbsp

ترکیب:

آنے کے اجزاء گوندھنے کے بعد ہلکا سا تیل لگا کر چند منٹ مزید گوندھیں، ایک پیالے کو چکنا کر کے اس میں آٹا ڈالیں اسے ہلکے بھیکے ہوئے گرم تولیے سے ڈھانک کر ایک گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ ساس پن میں مکھن اور لہسن خوشبو آنے تک بھنیں اس میں ہرا دھنیا ملا کر چولہا بند کر دیں۔ ایک پیالے میں بھرنے کے اجزاء ملا لیں۔ آنے کے 4 بیڑے بنائیں، ان کے درمیان میں بھرنے کا آمیزہ ڈال کر دوبارہ بیڑے بنائیں اور ہلکا سا پیلیں۔ کچوں کو پہلے سے گرم اوون میں 200° C پر 10 منٹ پکا کر نکالیں۔ مزیدار کچے مکھن لگا کر پیش کریں۔



Chicken Capsicum

Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	½ kg
Onions (finely cut)	3
Capsicums (finely cut)	3
Red chilli sauce	1 tsp
Soya sauce	2 tsp
Red chilli powder	2 tsp
White vinegar	2 tsp
Salt	to taste
Oil	½ cup

Method:

- Heat oil in a pot; fry onions and capsicums for a few minutes; remove.
- In the same pot, cook chicken with red chillies, vinegar, soya sauce, red chilli sauce and salt till tender.
- Add capsicums and onions; dish out.

شملہ مرچ والی مرغی

اجزاء:

½ کلو	مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی)
3 عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
3 عدد	شملہ مرچ (باریک کٹی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	ریڈ چلی ساس
2 چائے کے چمچے	سویا ساس
2 چائے کے چمچے	پسی ہوئی لال مرچ
2 چائے کے چمچے	سفید سرکہ
حسب ذائقہ	نمک
½ پیالی	تیل

ترکیب:

دہنی میں تیل گرم کریں اس میں پیاز اور شملہ مرچیں چند منٹ بھون کر نکال لیں۔ اسی دہنی میں مرغی کی بوٹیاں لال مرچ، سرکہ، سویا ساس، ریڈ چلی ساس اور نمک ڈال کر مرغی لگے تک پکائیں۔ اس میں شملہ مرچیں اور پیاز ملا کر ڈش میں نکال لیں۔



Pickle and Egg Rolls

Ingredients:

Parathay (prepared)	4
Mixed pickles	1/2 cup
Eggs	4
Onion (chopped)	1/2 cup
Fresh coriander (finely cut)	2 tbsp
Black pepper (crushed)	1 tsp
Lettuce leaves	4
Salt	to taste
Oil	for frying + 2 tbsp

Method:

- Heat 2 tbsp oil in a frying pan; sauté onion ; remove in a plate.
- Mix pickles, pepper and salt in eggs.
- Add onion and coriander.
- Heat oil in a frying pan; make 4 omelettes from egg batter; remove.
- Place an omelette and a lettuce leaf in each paratha; roll over.
- Roll parathay in butter paper; seal with toothpicks.

انڈے والے اچاری روٹز

اجزاء:

4 عدد	تیار پراٹھے
1/2 پیالی	ملاٹھا اچار
4 عدد	انڈے
1/2 پیالی	پیاز (چوپ کی ہوئی)
2 کھانے کے چمچے	ہرا دھنیا (باریک کٹا ہوا)
ایک چائے کا چمچ	ٹٹی ہوئی کالی مرچ
4 عدد	سلاڈ پتے
حسب ذائقہ	نمک
تلنے کے لئے + 2 کھانے کے چمچے	تیل

ترکیب:

فرائنگ پیں میں 2 کھانے کے چمچے تیل گرم کر کے پیاز بھلی گلابی کریں اور پلیٹ میں نکال لیں۔ انڈوں میں اچار کالی مرچ اور نمک ملا لیں۔ اس میں نرم کی ہوئی پیاز اور ہرا دھنیا ملا لیں۔ فرائنگ پیں میں تیل گرم کریں اور انڈے کے آمیزے کے 4 آلیٹس بن کر نکال لیں۔ ہر پراٹھے پر ایک آلیٹ اور ایک سلاڈ کا پتہ رکھ کر لپیٹ لیں۔ پراٹھوں کو پکنے کا وقت میں پلیٹ کر لیتے ہوئے پکس سے بند کر دیں۔



Grilled Drumsticks

Ingredients:

Drumsticks	8
Lemon juice	¼ cup
Ginger/garlic paste	1 tsp
Chilli paste	1 tbsp
Barbecue sauce	½ cup
Fresh coriander (chopped)	½ cup
Onion (chopped)	1
Mint (chopped)	1 tbsp
Black pepper (crushed)	1 tsp
Salt	to taste
Oil	2 tbsp
Lettuce leaves, Carrots (finely cut)	for decoration

Method:

- Split meat from drumsticks while ensuring they stay attached to bones.
- Marinate with lemon juice, pepper, ginger/garlic and salt; set aside for ½ hour.
- Heat a grill pan and brush oil on it.
- Roast drumsticks on it from all sides.
- Mix chilli paste, barbecue sauce, coriander, onion and mint in a bowl; coat drumsticks with it.
- Decorate a serving dish with carrots and lettuce; place drumsticks on top; serve.

گرلڈ ڈرم اسٹیکس

اجزاء:

8 عدد	ڈرم اسٹیکس
¼ پیالی	لیموں کا رس
ایک چائے کا چمچ	پیاز اور لہسن اور ک
ایک کھانے کا چمچ	چلی پیسٹ
½ پیالی	باربی کیوساس
½ پیالی	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)
ایک عدد	پیاز (چوپ کی ہوئی)
ایک کھانے کا چمچ	پودینے (چوپ کیا ہوا)
ایک چائے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
حسب ذائقہ	نمک
2 کھانے کے چمچے	تیل
سجانے کے لئے	سلاد پتے، گاجر (باریک کٹی ہوئی)

ترکیب:

ڈرم اسٹیکس کا گوشت اس طرح ہڈی سے علیحدہ کریں کہ وہ اوپر سے جڑا رہے۔ ان پر لیموں کا رس، کالی مرچ، لہسن اور ک اور نمک لگا کر ½ گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ گرل چین گرم کر کے چکنا کریں۔ ڈرم اسٹیکس کو اس پر الٹ پلٹ کرتے ہوئے سینک لیں۔ ایک پیالے میں چلی پیسٹ، باربی کیوساس، ہرا دھنیا، پیاز اور پودینے ملائیں۔ ڈرم اسٹیکس کو اس میں لپیٹ لیں۔ سرونگ ڈش کو سلاد پتے اور گاجر سے سجائیں۔ اس پر ڈرم اسٹیکس رکھ کر پیش کریں۔



Danish Pastries

Ingredients:

Refined flour (sieved)	3 cups
Egg yolks	5
Yeast	1 tbsp
Butter	¼ cup
Various types of jams	as required
Milk (fresh)	as required
Icing sugar	¼ cup + 3
tbsp	
Vanilla essence	a few drops
Cornflour	as required

Method:

- Knead flour into a medium-soft dough with sugar, yeast, 4 yolks, butter and milk; place dough in a greased bowl; cover and set aside.
- Make balls from dough; roll out into discs while dusting with cornflour.
- Brush yolks on them and fold over; cut into 1 ½ inch pieces.
- Brush oil on a baking tray; place dough on it; lightly press from the centre and fill with jam; cover the tray and set aside for ½ hour.
- Bake in a pre-heated oven at 200°C for 15 minutes; remove.
- Prepare icing by mixing essence and sugar in 3 tbsp milk; garnish pastries with it.

ڈینش پیسٹریز

اجزاء:

3 پیالی	میدہ (چھنا ہوا)
5 عدد	انڈے کی زردیاں
ایک کھانے کا چمچ	خمیر
¼ پیالی	بکھن
حسب ضرورت	مختلف طرح کے جام
حسب ضرورت	تازہ دودھ
¼ پیالی + 3 کھانے کے چمچے	باریک پسلی ہوئی چینی
چند قطرے	وینا ایسنس
حسب ضرورت	کارن فلور

ترکیب:

میدے میں چینی، خمیر، 4 زردیاں، بکھن اور دودھ ڈال کر درمیانہ نرم آٹا گوندھ لیں۔ اسے پکنے پیلے میں رکھ کر ڈھانک دیں۔ آنے کے پیڑے بنائیں، کارن فلور لگاتے ہوئے ان کی گول روٹی تیل لیں۔ برش کی مدد سے اس پر زردی لگا کر پیٹ لیں اس کے بعد انچ کے کلاے کاٹ لیں۔ ہیکنگ ٹرے کو چکنا کریں۔ کلاؤں کو اس پر رکھیں اور انہیں درمیان سے تھوڑا سا دبا کر جام بھر دیں۔ انہیں ڈھانک کر ½ گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ پھر پہلے سے گرم اوون میں 200°C یا 15 منٹ پکا کر نکال لیں۔ چینی میں ایسنس اور 3 کھانے کے چمچے دودھ ملا کر آئسنگ تیار کریں اور اس سے پیسٹریوں کو سجادیں۔



**LIVELY
WEEKENDS**



Apple Salsa Fish

سیب کے سالسہ والی مچھلی

Ingredients:

Fish fillet	180 grams
Eggs	2
Cornflour	½ tbsp
Sugar	1 tbsp
Salt	to taste
Oil	for frying

Chutney Ingredients:

Red chillies (crushed, fried)	1 tbsp
Fresh coriander (chopped)	½ bunch
Lemon juice	3 tbsp
Onion (cut lengthwise)	2
Apple (cut lengthwise)	1
Plum chutney	4 tbsp
Sweet chilli sauce	5 tbsp
Salt	½ tbsp

Method:

- Cut fish fillets into small pieces.
- Coat fish with eggs, sugar, cornflour and salt; set aside for ½ hour.
- Heat oil in a wok; fry fish golden; dish out.
- Cook chutney ingredients in a saucepan for a few minutes; pour on top of fish; serve hot.

جزاء:	180 گرام	مچھلی کے فیلے
دھنیا (چوپ کیا ہوا)	2 عدد	انڈے
لیموں کا رس	3 کھانے کے چمچے	کارن فلور
پیاز (لسبائی میں کٹی ہوئی)	2 عدد	چینی
سیب (لسبائی میں کٹا ہوا)	1 کھانے کے چمچے	نمک
آلو بخارے کی چٹنی	4 کھانے کے چمچے	تیل
سوئیٹ چلی ساس	5 کھانے کے چمچے	چٹنی کے اجزاء:
نمک	½ کھانے کا چمچے	گلی ہوئی
		لال مرچ (تل لیں) ایک کھانے کا چمچے

ترکیب:

مچھلی کو چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ ان پر انڈے، چینی، کارن فلور اور نمک ملا کر بنا گھسے کے لئے رکھ دیں۔ کڑا سی میں تیل گرم کریں اور مچھلی کے ٹکڑے سنہری تیل کر ڈالیں۔ تیل نکال لیں۔ ساس پین میں چٹنی کے اجزاء چند منٹ پکا کر مچھلی پر ڈالیں اور گرم گرم پیش کریں۔



**LIVELY
WEEKENDS**



Prawn Toast

Ingredients:

Prawns (small)	½ kg
Bread	6 slices
Garlic paste	1 tsp
Garlic (finely cut)	5 cloves
Mayonnaise	1 cup
Tomatoes (chopped)	4
White vinegar	1 tsp
Black pepper (crushed)	½ tsp
Fresh coriander (chopped)	½ bunch
Cheddar cheese (grated)	300 grams
Salt	to taste
Oil	for frying

Method:

- Marinate prawns with garlic paste and salt; set aside for a little while.
- Heat oil in a wok; fry prawns for 1 minute; remove.
- Heat a little oil in a frying pan; sauté garlic and tomato; remove.
- Mix vinegar, pepper, coriander, garlic, tomatoes and salt in mayonnaise.
- Spread mayonnaise on bread slices; place prawns on top; sprinkle cheese.
- Place bread on a baking tray; bake in a pre-heated oven at 180°C for 10 minutes; remove; serve hot.
- Cut fish fillets into small pieces.
- Coat fish with eggs, sugar, cornflour and salt; set aside for ½ hour.
- Heat oil in a wok; fry fish golden; dish out.
- Cook chutney ingredients in a saucepan for a few minutes; pour on top of fish; serve hot.

جھینگے ٹوسٹ

اجزاء:

½ کلو	جھینگے (چھوٹے والے)
6 سلائس	ڈبل روٹی
ایک چائے کا چمچ	پسپا ہوا پسین
5 جوے	پسین (باریک کئے ہوئے)
ایک پیالی	مایونیز
4 عدد	ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)
ایک چائے کا چمچ	سفید سرکہ
½ چائے کا چمچ	ٹکی ہوئی کالی مرچ
½ گڈی	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)
300 گرام	چڈر (کدو کش)
حسب ذائقہ	نمک
تلنے کے لئے	تیل

ترکیب:

پسینوں پر پسپا ہوا پسین اور نمک لگا کر تھوڑی دیر کے لئے رکھیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کریں اور جھینگے ایک منٹ تل کر نکال لیں۔ فرائننگ پین میں تھوڑا سا تیل گرم کریں اس میں پسین اور ٹماٹر کا ماسا سینک کر نکال لیں۔ مایونیز میں سرکہ، کالی مرچ، ہرا دھنیا، پسین، ٹماٹر اور نمک ملا لیں۔ اس آمیزے کو سلائسوں پر لگائیں ان پر جھینگے رکھ کر پیڑھا لیں۔ سلائسوں کو خاکے ٹرے میں رکھیں اور پہلے سے گرم اوون میں 180°C پر 10 منٹ تک پکا کر نکالیں اور گرم پیش کریں۔



گلاب جامن

گلاب جامن رشتے دار ہے ایران، ترکی اور اس کے اوپر کے علاقوں کی مٹھائیوں کی

نیرر باب

بدل گیا اور عربی کے بجائے فارسی اور ہندی کو ملا دیا گیا اور یہ گلاب جامن کے نام سے مشہور ہوئی۔ گلاب جامن کے شیرے میں گلاب کا عرق ڈالا تھا اس لئے وہاں سے تو آیا گلاب اور اسکے جامن جیسے رنگ کی وجہ سے لیا گیا جامن بس اس طرح دو نام مل کر ایک نام بن گیا۔ پہلے صرف ہندوستان پاکستان کے آس پاس کے ملکوں میں ملتی تھی مگر اب پوری دنیا میں ملنے لگی ہے۔ مجھے یاد ہے جب تمہارے دادا پاکستان بننے سے پہلے نیپال گئے تھے تو انہوں نے مجھے بتایا تھا کہ نیپال میں گلاب جامن کو لال موہن کہتے ہیں۔ پھر دادی اماں نے گلاب جامن بنانے کی ترکیب بھی بتائی جس کے مطابق کھوئے میں تھوڑا سا میدہ اور سوڈا ملا کر پانی سے گوندھ لیں چھوٹی چھوٹی گولیاں بنا کر درمیانی آنچ میں تیل لیں پیر پالی پانی میں شکر الاچھی اور زعفران ڈال کر شیرہ بنا لیں اور ذرا گرم شیرے میں گلاب کا عرق ملا کر تلی ہوئی گلاب جامن کو 2 سے 3 گھنٹوں کے لئے بھگو دیں۔ گلاب جامن کی چھوٹی سی گولی شیرہ پی کر بڑی ہو جائے گی پھر ڈش میں نکال کر پستے بادام سے سجا کر پیش کر دیں۔ انہوں نے ہمیں اچھی گلاب جامن بنانے کی کچھ ٹپس بھی بتائیں جیسے کہ گلاب جامن کے کھوئے کو بہت زیادہ نہیں گوندھیں۔ نرم گلاب جامن بنانے ہوں تو گلاب جامن کی گولیاں بنا کر 10 منٹ کے لئے رکھ دیں پھر تیل میں نہ تھلیں اور نہ گلاب جامن باہر سے سرخ اور اندر سے کچی رہے گی۔

جب میں اپنی یادوں کو لگھتے ہوئے قمرۃ القاضی کے بارے میں ڈھونڈ رہی تھی تو پتہ چلا کہ ترکی زبان میں اور عربی میں لقمہ کا مطلب ہوتا ہے کسی چیز سے منہ بھر جانا تو پہلے تو اتنی بڑی گلاب جامن بنا کرتی تھیں کہ اگر ایک منہ میں رکھ لیں تو منہ کئی منٹ کے لئے بند ہو جاتا مگر اب ہائٹ سائز گلاب جامنیں دستیاب ہیں جنہیں لوگ پیار سے گھلی (gulbi) کہہ کر پکارتے ہیں۔ کراچی کی کئی دکانوں پر اب بھری ہوئی گلاب جامن بھی ملنے لگی ہیں جن میں کریم یا خشک میوہ بھر دیا جاتا ہے تاکہ جب کاٹ کر رکھا جائے تو زیادہ خوبصورت لگے اور کھانے والے کو بھی ایک بیٹھا تھوڑے تھوڑے پھر کب بنا رہے ہیں آپ گلاب جامن ۲۲۲

قمرۃ القاضی کا ذکر 13 ویں صدی میں بغدادی نے کیا ہے۔

یہ اس زمانے کی بات ہے جب میں اپنے چھوٹے بہن بھائیوں کو روز سونے سے پہلے ایک کہانی سنایا کرتی تھی۔ یہ کہانیاں عام طور پر فرمائشی ہوتی تھیں یعنی جو کہا گیا وہی سناؤں۔ ان کی فرمائشیں بہت معصوم مگر بے حد عجیب و غریب بھی ہوتی تھیں۔ کبھی کہتے چائے کی کہانی سناؤ، کبھی تولیے کی کہانی، کبھی بادلوں میں بنتی شکلوں کی کہانی اور میں کچھ سنی سنائی اور کچھ گھڑی ہوئی باتوں سے ایک کہانی بن کر سنا دیا کرتی تھی مجھے لگتا ہے شاید کہانی کہنا میں نے ان ہی سے سیکھا۔

ایک رات جب گھر میں دعوت کے بعد ہم دادی اماں کے کمرے میں سونے کے لئے لیٹے تو جو فرمائش آئی وہ بہت مزیدار بھی تھی اور حیران کن بھی یعنی گلاب جامن کی کہانی سنائیں! شاید دعوت میں گلاب جامن کھانے کے بعد ہی بچوں کو اس بات کا خیال آیا ہوگا۔ میں نے کہانی کا رخ دادی اماں کی طرف موڑ دیا تھا کہ آج ہم دادی اماں کے کمرے میں ہیں تو وہی کہانی بھی سنائیں گی دادی اماں کی معلومات بھی خوب ہیں اور وہ کتابیں بھی بہت پڑھتی ہیں تو یقیناً انہوں نے گلاب جامن کے بارے میں بھی پڑھا ہوگا۔

دادی اماں نے کہانی کچھ اس طرح شروع کی: اب سے کئی سو سال پہلے کا ذکر ہے جب مغل بادشاہ ایران اور افغانستان سے ہوتے ہندوستان آئے تو اپنے ساتھ اپنے باورچی بھی لے کر آئے جو ان کی پسند کے کھانے بناتے، کبھی پورا بکرا بھونتے تو کبھی بریانی بناتے۔ طرح طرح کے کھانے دسترخوان پر سجائے جاتے۔ کھانے کے بعد دل چاہتا کہ کوئی بیٹھا بھی کھایا جائے۔ کھانے کے بعد بیٹھا پیش کرنے کا رواج بھی مغل بادشاہوں نے ڈالا تھا۔ گلاب جامن رشتے دار ہے ایران، ترکی اور اس کے اوپر کے علاقوں کی مٹھائیوں کی۔ ایران افغانستان میں ہوتی ہے بامیاء جو پکڑوں کی طرح تیل کر شیرے میں ڈال دی جاتی ہیں۔ ایک اور مٹھائی ہوتی ہے جسے عرب کہتے ہیں قمرۃ القاضی جس کا ذکر قدیم کتابوں میں ملتا ہے۔ یہ بھی پکڑوں کی طرح تیل کر شکر کے شربت میں کئی گھنٹوں کے لئے ڈوبی جاتی پھر پسی دار چینی اور تیل چمڑک کر پیش کی جاتی، مگر جب یہی مٹھائی ہندوستان پہنچی تو اس کا نام

روحانی مسیحا



معروف روحانی اسکالر ایس۔ این۔ قادری
ستاروں کی گردش ہو یا حاسدوں کی بندش

آپ کے مسائل کا قرآنی، اسلامی اور روحانی حل پیش کرتے ہیں

نادیہ (راولپنڈی)

قادری صاحب السلام علیکم، میری مکلفی کو تین سال ہو چکے تھے لڑکے والوں کی طرف سے شادی میں ٹال مٹول ہو رہی تھی ہر سال یہ کہا جاتا تھا کہ اگلے سال چھوٹی عید کے بعد کریں اور جب عید قریب ہوتی تھی تو بات بقرعید پرٹل جاتی تھی اور جب بقرعید قریب آتی تھی تو کوئی نہ کوئی بہانہ کر کے بات پھرا گئے سال چھوٹی عید پرٹل جاتی تھی۔ عمر تکلیفی جاری تھی آپ سے رابطہ کر کے لوح نکاح حاصل کیا اور وظیفہ بھی مکمل کر لیا تھا سسرال میں ہو نے کی وجہ سے آپ سے رابطہ نہ کر سکی قادری صاحب آپ کی دعاؤں سے اس سال شعبان کے مہینے میں میری شادی ہو چکی ہے بہت خوش ہوں کہ آپ سے پوچھنا یہ ہے کہ لوح نکاح ابھی تک میرے پاس ہے اسکا اب کیا کروں۔ راہنمائی فرمادیں۔

جواب۔ بیٹی شادی مبارک ہو۔ لوح نکاح کو اب بھٹھا کرادیں اللہ آپکا نصیب اچھا کرے۔ (2 تین)

فرزادہ (حیدرآباد)

انگل میں اپنے کزن کو بہت پسند کرتی تھی ہم دونوں بچپن سے ایک دوسرے کو بہت چاہتے تھے مگر خاندانی اختلافات کی وجہ سے والدین کسی طور بھی شادی کیلئے راضی نہیں ہوتے تھے بہت وظیفے پڑھے مگر مسئلہ حل نہ ہوا آپکو فون کر کے اپنا مسئلہ بیان کیا تو آپ نے بڑے اطمینان سے میرا مسئلہ سنا اور زعفران سے لکھا ہوا ایک تھوڑا اور چند آیات پڑھنے کو دیں جو میں آپکی حدیث کے مطابق Regular پڑھتی رہی ابھی وظیفہ پڑھتے ہوئے 2 مہینے ہی گزرے تھے کہ کزن کے والدین کا دل موم ہو گیا اور وہ شادی پر رضامند ہو گئے اور پچھلے مہینے بڑی دھوم دھام سے ہماری مکلفی ہو گئی ہے انکل یہ سب کچھ آپکی دعاؤں کی بدولت ممکن ہوا ہے اللہ تعالیٰ آپکو

صحت و تندرستی عطا فرمائے پڑھائی جاری رکھوں یا ختم کردوں؟

جواب۔ جیتی رہو! پڑھائی کو نکاح ہونے تک جاری رکھو انشاء اللہ شادی کے معاملات بھی خوش اسلوبی سے طے پا جائیں گے۔

سیرا (کراچی)

قادری صاحب! چھوٹی بہن کے رشتے کا مسئلہ تھا دو مرتبہ مکلفی ہو کر ٹوٹ گئی تھی اسکے بعد سے اسکا رشتہ کہیں طے ہوتا ہی نہیں تھا آپ سے لوح نکاح حاصل کیا تھا الحمد للہ پچھلے مہینے اسکی بہت اچھی جگہ شادی ہو گئی ہے اب لوح نکاح کا کیا کروں حدیث فرمادیں۔

جواب۔ بیٹی! اپنی حیثیت کے مطابق 3 مکینوں کو ایک وقت کا پیٹ بھر کر کھانا کھلا دو اور لوح کو بچتے صاف اور پاک پانی میں بہا دو۔

سزجیات (لاہور)

قادری صاحب! اللہ آپکو نبی صحت عطا فرمائے میں اپنی چھوٹی بیٹی کی شادی کیلئے بہت پریشان تھی اچھے گھرانوں سے رشتے آتے تھے مگر بات بنتی ہی نہیں تھی ایک دو لوگوں سے معلوم کیا تو انہوں نے رشتے پر بندش بتائی مگر بندش کو ختم کوئی نہ کر سکا آپ سے رابطہ کیا تو آپ نے بھی بندش بتائی اور بندش کو ختم کرنے کیلئے لوح نکاح تیار کر کے بھیجی اور وظیفہ بھی پڑھنے کو دیا وظیفہ مکمل ہو گیا ہے اور آپکی دعاؤں سے تقریباً ایک مہینے پہلے میری بیٹی کی ایک بہت اچھے اور شریف گھرانے میں شادی ہو گئی ہے ہم مطمئن ہیں اور بیٹی بھی اپنے گھر میں بہت خوش ہے قادری صاحب میں چاہتی ہوں کہ میری بیٹی کی خوشیاں برقرار رہیں اور اسکی ازدواجی زندگی میں کوئی ڈکھ نہ آئے اسکے لیے مجھے کوئی ایسی چیز بتائیے فرمائیں کہ میری بیٹی حاسدوں کے حسد اور شر سے محفوظ رہے۔

جواب۔ بہن! اللہ آپکی بیٹی کو ہمیشہ خوش و خرم رکھے آپکی بیٹی کے بہترین مستقبل کیلئے کہ آپکی بیٹی کی ازدواجی زندگی میں کبھی کوئی آج نہ آئے اس مقصد کیلئے مبارک پتھر بکھراج جو بڑ کر رہا ہوں پڑھائی کیا ہوا پتھر ہو گا انگوٹھی بھا کر پہنے انشاء اللہ نہ صرف یہ کہ حاسدوں کے حسد سے محفوظ رہے گی بلکہ اپنے شوہر اور تمام سسرال والوں کی نور نظر رہے گی اسکو بھی لوح نکاح کی طرح ڈاک کے ذریعے (By post) منگوا سکتی ہیں۔

نصب (میانوالی)

شاہ صاحب! میری شادی کو 5 سال ہو چکے تھے مگر اولاد کی نعمت سے محروم تھی اس سلسلے میں آپ سے رجوع کیا تو آپ نے بتایا کہ کسی حاسد نے میری گود باندھ دی ہے آپ نے لوح وارث تیار کر کے دی اور وظیفہ بھی پڑھنے کو دیا وظیفہ ابھی پڑھ رہی ہوں آپ کی دعا سے 2 مہینے ہو گئے ہیں امید ہے ہوں مزید حدیث فرمادیں اب کیا کرتا ہے۔

جواب۔ اللہ خوش رکھے اپنی وظیفے کو ساتویں مہینے تک اسی طرح جاری رکھنا ہے ساتواں مہینہ ختم ہونے پر مجھ سے لازمی رابطہ کرنا۔ اللہ کے کرم سے سب ٹھیک ہو جائے گا۔

مریم (گجرات)

قادری صاحب میں ایک لڑکے سے بہت پیار کرتی ہوں مگر اظہار کی ہمت نہیں ہے آپ کچھ ایسا کریں کہ وہ خود میری طرف مائل ہو جائے میں زندگی بھر آپکی شکر گزار رہو گی۔

جواب۔ بیٹی آپ ہمارے آفس سے اپنے لئے لوح مراد منگوا لیں انشاء اللہ مراد پوری ہو جائے گی۔

ایس۔ این۔ قادری

رضویہ مارکیٹ، 86، فرسٹ فلور، ناظم آباد چورنگی، کراچی۔ 74600

0336-2297786 :
0333-2105914 :
0308-2543444

E-mails: qadrihelpline@yahoo.com
qadrihelpline@hotmail.com

E-mail کرتے وقت اپنے شہر کا نام لازمی لکھیں۔

رابطہ کے اوقات صبح 10 سے شام 7 بجے تک۔

Lucky Stone

مبارک پتھر



روحانی اسکالر ایس۔ این۔ قادری آپ کے کام اور نام کے مطابق آپ کے موافق پتھروں (گینوں) پر آیات مقدسہ کی پڑھائی کر کے دیتے ہیں۔ اپنے نام اور کام کے مطابق اپنا مبارک پتھر حاصل کریں، انگوٹھی بھا کر پہنیں، انشاء اللہ آپ کے بگڑے کام سنورتے چلے جائیں گے، دل و دماغ پر خوشگوار اثرات مرتب ہوں گے، صحت و تندرستی حاصل ہوگی، لوگوں کے دلوں میں آپ کے لئے نرم گوشہ پیدا ہوگا اور آپ کی عزت و وقار میں اضافہ ہوگا۔

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریچ
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو میسجے کمانے کے لئے شرنک نہیں کیا جاتا
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریچ
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on
Facebook

fb.com/paksociety



twitter.com/paksociety



ٹوٹکے



اندر دھنسنے ہوئے گالوں کے لئے

گالوں کا اندر دھنسنے جانا کمزوری کی علامت ہوتی ہے۔ اس کے لئے دودھ پاؤں چھندڑ کر سیب سمیت طاقتور اشیاء کھائیں۔



پینے کی بد بو دور کرنے کے لئے

پانی کی بائلی میں ایک چھوٹا ٹکڑا پھلکی ڈال کر اس پانی سے جسم کو گیلیا کریں اور چند منٹ کے بعد نہالیں۔ ٹیکسٹ پاور ڈرکسی استعمال نہ کریں۔



وزن کم کرنے کے لئے

اگر وزن میں کمی کرنی ہے تو ایک گلاس پانی کو خوب اچھی طرح سے ابا لیں۔ اس میں دارچینی کی 2 ڈھڑیاں ڈال کر چولہا بند کر دیں۔ جب پانی نیم گرم ہو جائے تو اس میں 2 چائے کے چمچے شہد ملا کر 1/2 گلاس پی لیں باقی فرج میں رکھ دیں اور اسے صبح نہار منہ پی لیں۔



جوڑوں کے کالے نشان دور کرنے کے لئے

گھنٹوں، گھنٹوں اور ہاتھ کے کالے پڑنے پر جوڑوں پر پیڑ ولیم جیلی ملیں۔ جلد ہی نشان دور ہو جائیں گے۔



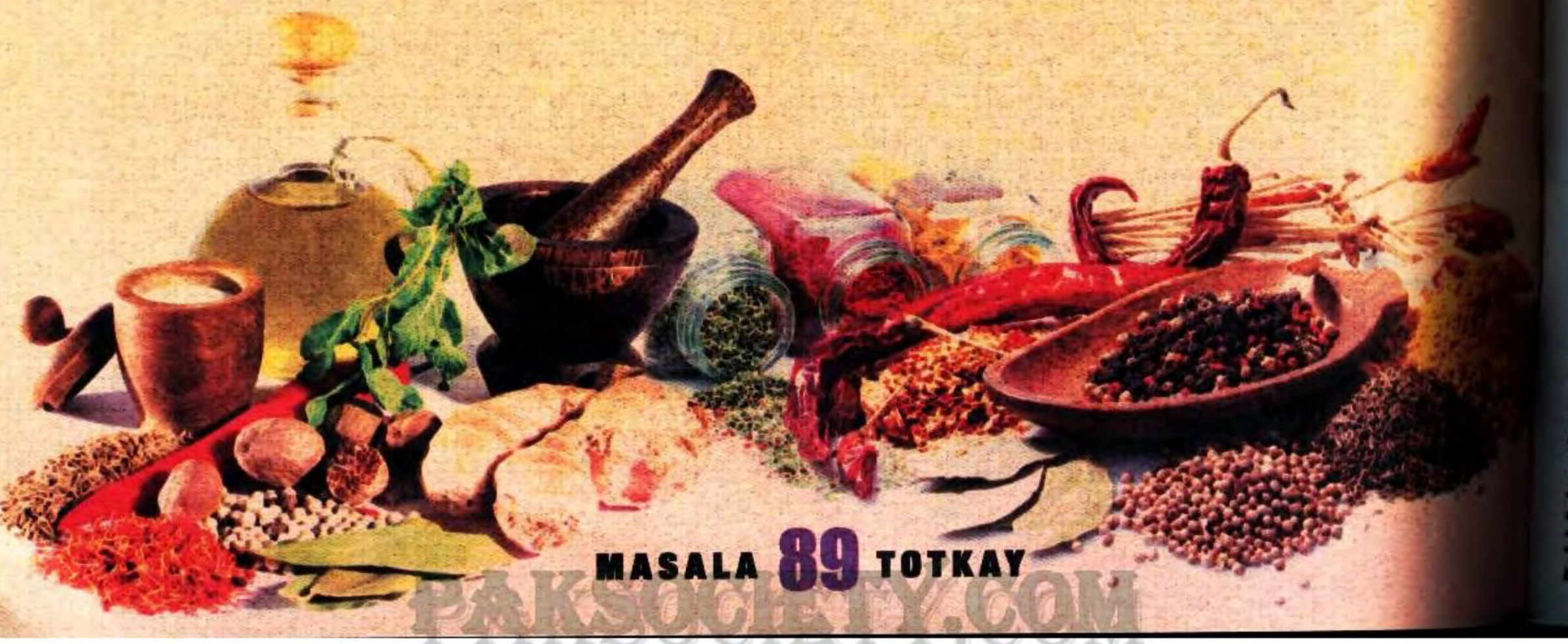
چکنی جلد کی صفائی کے لئے

چکنی جلد کی صفائی بہت مشکل کام ہے۔ 2 چائے کے چمچے پے ہوئے بادام ایک پیالی عرق گلاب میں ملا لیں پھر چھان کر بوتل میں بھر لیں۔ اس آمیزے کو روزانہ رات کے وقت چہرے پر لگائیں صبح صاف پانی سے دھو لیں جلد صاف ستھری ہو جائے گی۔ اس کے علاوہ 1/4 پیالی عرق گلاب میں 1/4 پیالی گلیسرین ملا لیں۔ اسے روئی کی مدد سے چہرے پر لگا کر 10 منٹ کے لئے چھوڑ دیں پھر صاف پانی سے چہرہ دھو لیں۔



تھکن بھگانے کے لئے

اگر تھکن سوار ہو رہی ہو تو 1/2 بائلی پانی میں ایک چائے کا چمچ ہلدی ملا کر جسم کو دھو لیں۔ اس کے بعد ایک ٹکے میں پانی لے کر تھوڑا سا بوڑی کلون ملا کر جسم پر ڈال لیں ساری تھکن بھاگ جائے گی۔



MASALA 89 TOTKAY

WWW.PAKSOCIETY.COM